

# **Schulinterner Lehrplan Sport**

## **Willy-Brandt-Schule Mülheim an der Ruhr**

(Stand Januar 2023)

## **Inhaltsverzeichnis**

1. Rahmenbedingungen,	S. 2
2. Entscheidungen zum Unterricht,	S. 5
2.1. Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 – 10,	S.6
2.2. SchiLP WBS SEK II,	S.38
3. Leistungsbewertungskonzept	S. 103
4. Qualitätssicherung	S. 111

## **WBS-Voraussetzungen / Leitbild für das Fach Sport**

### **1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit**

#### **1.1 Leitbild für das Fach Sport**

Schulsport – sowohl der Sportunterricht als auch seine außerunterrichtlichen Anteile

– nimmt mit seinen zahlreichen Facetten an der Willy-Brandt-Schule Styrum einen hohen Stellenwert im Schulprogramm und im Schulleben ein.

1.1.1 Die erzieherischen Potentiale werden durch den im Sport möglichen ganzheitlichen Zugang zu Schülerinnen und Schülern im Sport allgemein und unter spezifisch fokussierten Zielperspektiven vielfältig genutzt: Der Unterricht findet koedukativ statt und die Unterrichtsvorhaben sind schülerinteressenorientiert.

1.1.2 Verschiedenste Sportangebote dienen als Strukturierungselemente des Ganztagsbetriebs im Rahmen von Arbeitsgemeinschaften und offenen Pausenangeboten. Das AG Angebot der WBS umfasst zurzeit ca. 35 Arbeitsgemeinschaften, wovon 13 AGs des Fachbereichs Sport sind: Golf, Tiki-Taka (Fußball), Klettern, Capoeira, Le Parkour, DLRG, Reiten, Ringen, Zumba, Drachenboot, Tennis, Skifahren.

In der Oberstufe werden zudem Projektkurse im Fachbereich Sport angeboten (Sporthelfer- Ausbildung, Marathon, Gesundheit und Fitness)

1.1.3 Über Sportangebote werden Kooperationen mit außerschulischen Partnern realisiert: Mit dem Ringerverein KSV Styrum, dem Turnverein TV Styrum, der Basketball – Interessengemeinschaft Styrum dem Café 4 You, dem FC Kroatia, dem DJK-Ruhrwacht, Golfclub Raffelberg, Tennisclub OB und dem Reitclub Oberhausen bestehen regelmäßige Kontakte bzw. Kooperationen. Alle 2 Jahre findet der Sporttag Styrum auf dem Gelände der WBS statt, wo sich ca. 25 Sportvereine mit Mitmachaktionen vorstellen, und Mitglieder werben.

1.1.4 Im Rahmen der Sporthelferausbildung erwerben die Schülerinnen und Schüler wertvolle Kompetenzen und sie werden befähigt, die Lehrerinnen und Lehrer vor allem in den Bereichen der Arbeitsgemeinschaften zu unterstützen.

## 1.2 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.

Der Fachschaftsvorsitzende koordiniert die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport an der WBS sowie die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne.

Die Fachkonferenz hat sich zur Entwicklung eines Leitbildes mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule verpflichtet. Das Leitbild liegt der Schulöffentlichkeit vor und wird regelmäßig im Abstand von 5 Jahren evaluiert und fortgeschrieben.

Die Fachkonferenz hat sich zur Einführung eines Schulsportentwicklungsprogramms verpflichtet, welches regelmäßig evaluiert und fortgeschrieben wird. Dazu erstellte sie einen Balkenplan, der die Arbeitsschwerpunkte sowie Entwicklung und Rechenschaftslegung gegenüber der Schulöffentlichkeit darlegt.

Die Fachkonferenz hat sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans/Projektmanagements (Skifahrt (Ski-AG), Drachenbootprojekt, Sport im Ganztage, Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Schwimmprojekt, Marathonprojekt ...) im Rahmen einer systemischen Fachkonferenzarbeit verpflichtet. Die Fachkonferenz legt der Schulleitung spätestens zu Anfang des neuen Schuljahres einen Jahresarbeitsplan über zu entwickelnde Projekte, zur Evaluation sowie über die vereinbarten Veranstaltungen/ Schulsporttermine vor.

Diese werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn des Schuljahres vorgestellt, sofern die Termine der schulübergreifenden Wettkämpfe / Turniere schon bekannt sind.

### **1.3 Sportstättenangebot**

#### **Sportstätten der Schule:**

- eine Dreifachhalle mit Kletterwand,
- kleine Turnhalle / Tanzraum (fußläufig 5 Min.)
- Sportpark Styrum (Freilufthalle, Basketball, Laufbahn, Beachvolleyball, Leichtathletik, Boulderwand, Parkour, Fitness, Calisthenics)
- einen Tartanplatz (Fußball, Handball, Basketballfeld)
- Basketballfeld Asphalt
- Schwimmhalle (Fahrten mit städt. Bussen geregelt ca. 10 Min.)
- Nutzung des Städt. Freibades (Fahrten mit städt. Bussen 10 Min.)

### **1.4 Unterrichtsangebot**

- 5 – 7. Jg. 2 x 60 Min. pro Woche
- 8. Jg. 2 x 60 Min. pro Woche
- 9 & 10. Jg. 2 x 60 Min. pro Woche
- 11 – 13. Jg. 2 x 60 Min. pro Woche

### **1.5 Fächerübergreifender/ fächervernetzender Unterricht**

Viele Themenbereiche aus dem Sport finden sich auch im Wahlpflichtfach „Darstellen und Gestalten“ wieder. Im Besonderen Tanz, Musik und Bewegung, sowie rhythmische Grundschulung werden fächerübergreifend vermittelt.

Im Zusammenhang mit dem UV „Gesundheitslauf“ werden Themen zu Fitness, gesunder Ernährung/Adipositas, Stress und Entspannung der Fächer Naturwissenschaften (Biologie) und Hauswirtschaft unter sportlichen Aspekten in zahlreichen Unterrichtsvorhaben wieder aufgegriffen und vertieft.

Im 6. Jg. findet jeweils im Januar das „Jungen -Mädchen-Projekt“ in allen Fächern statt, wobei der Fachbereich Sport die soziale Kompetenz der Schülerinnen und Schüler fördert, indem besondere Aufmerksamkeit auf Kooperation, Koedukation,

Wagnis und Verantwortung sowie geschlechterspezifische Sportinteressen gelegt wird.

## 1.6 Außerunterrichtliches Sportangebot

### 1.6.1 „Reine Sportangebote“:

- OA (offenes Angebot in der Mittagspause): Abenteuerhalle, Basketball, Fußball, Volleyball, Waveboard, Turnen, Badminton, Handball, im Spielerraum: Tischtennis, Billiard, Spielegarage/ Pausenhof: Basketball, Fußball
- AG Bereich: Golf, Tiki-Taka (Fußball), Klettern, Capoeira, Le Parkour, DLRG, Reiten, Ringen (in Koop mit KSV Styrum), Zumba, Drachenboot, Tennis, Sporthelfer, Skifahren.

## 1.7 Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens

Differenzierungsgruppe mit einer zusätzlichen Lehrkraft für Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer in Jahrgang 5. Sie werden 4 Quartale (Schwimmer nur 2 Quartale) unterrichtet. Gewünschtes Ziel ist das Erreichen des Abzeichens „Seepferdchen“

## 2 Entscheidungen zum Unterricht

### 2.1 Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation

Der Freiraum wird genutzt, um bei parallelen Vorhaben in einer Stufe räumlich und materiell zu entzerren. Die UV zum BF 3 „Laufen Springen Werfen – Leichtathletik“ liegen aus Witterungsgründen vor den Sommerferien.

Die UV zu BF 5 „Turnen“ in allen Jahrgängen liegen im Jan/Feb vor den schulinternen Turnmeisterschaften im März.

Die UV zu BF 3 „Gesundheitslauf“ (1 Std - Lauf) liegen vor dem abschließenden Lauf am letzten Tag vor den Herbstferien.

Die UV zu BF 2 (kleine Spiele) im 5. Jg. und die UV zu BF 7 (große Sportspiele) liegen über das Schuljahr verteilt mit dem Abschluss des „Endspieltags“ in der letzten Schulwoche.

### 2.2 Obligatorik und Freiraum

Der gesamte laut Stundentafel erteilte Sportunterricht ist darauf ausgerichtet die umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu erreichen. Hierzu dient sowohl die in Form der Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans differenziert ausgewiesene *Obligatorik* (ca. zwei Drittel der Stunden), als auch der durch die Fachkonferenz auf die spezifischen Voraussetzungen, Bedingungen und das sportliche Leitbild der Schule passgenau abgestimmte Freiraum (ca. ein Drittel der Stunden). Obligatorik und Freiraum unterliegen dabei gleichermaßen den *Rahmenvorgaben für den Schulsport* und damit dem *Doppelauftrag* und der Verpflichtung zu *erziehendem Sportunterricht*.

Während aber die Obligatorik die unverzichtbare standardisierte Grundlage bildet, soll der Unterricht im Freiraum auf die individuellen, lerngruppenbezogenen und schulspezifischen Bedingungen und Ziele im Sportunterricht ausgerichtet sein.

Dies wären z.B. das spezifische Sportstättenangebot, mit seinen besonderen Möglichkeiten: Kletterwand, Asche-Sportplatz, Feldmannpark, Ruhrpark, Ruhr, Styruer Naturbad; aber auch schulspezifische Kooperationen oder in der Gemeinde besonders tradierte Sportarten (Ringen/Handball), die so ebenso berücksichtigt werden können wie sportbezogene Besonderheiten einzelner Lerngruppen. So sollen die Angebote des Freiraumes den Kompetenzerwerb vertiefen und erweitern.

Die Fachkonferenz der Willy Brandt Schule hat sich folgendermaßen entschieden:

- Da Basketball als verbindliches Mannschaftsspiel und Badminton als verbindliches Partnerspiel im Rahmen der Obligatorik festgelegt werden (Beide Spiele werden im Profil der Sek II i.d.R. weitergeführt), soll die Handlungskompetenz in diesem Bewegungsfeld erweitert werden, indem in einem Teil des Freiraums weitere große Spiele und das ergänzende Partnerspiel Badminton thematisiert werden.
- Weiterhin soll der Freiraum genutzt werden, um aktuelle pädagogische Bedarfe (besonders genderbezogene und kooperative Themen im Sport) und spezifische Interessen der konkreten Lerngruppen zeitnah zu berücksichtigen.

## **2.3 Ziele des Sportunterrichts in den beiden Kompetenzstufen**

Die Kompetenzerwartungen der Bewegungsfelder sind spiralcurricular und in den Anforderungen progressiv formuliert. Bei der Planung der daraus resultierenden Unterrichtsvorhaben wurde dies berücksichtigt:

In den Unterrichtsvorhaben der 1. Kompetenzstufe prägen Aspekte der Wahrnehmung und des Erprobens im Sinne eines Kennenlernens neuer Bewegungs- und Handlungsformen und eine Festigung kooperativen und sozialen Verhaltens die vorrangigen Zielperspektiven. Das Arrangement des Unterrichts ist noch stärker durch Anleitung geprägt und kognitive Anforderungsbereiche bewegen sich vorrangig auf dem Niveau des Beschreibens und Erläuterns.

In den Unterrichtsvorhaben der 2. und 3. Kompetenzstufe werden zunehmend komplexere Themen der Wahrnehmung, aber auch der Leistungsoptimierung bearbeitet. Der Unterricht wird zunehmend durch stärker selbstgesteuerte Arrangements im Bereich der individuellen (Teil-)Ziele und Lernwege ebenso geprägt, wie durch eine zunehmende Verantwortung für Unterrichtselemente (z.B. Vorbereitung des Erwärmens, Einführungsreferate etc.) durch die Schülerinnen und Schüler und soll so die Sozialkompetenz als Teil der allgemeinen Handlungskompetenz weiter fördern. In den Reflexionen werden vermehrt metakognitive Aspekte thematisiert und so die Anforderungen zunehmend in den Bereich der Analyse und Beurteilung angehoben.



## 2.4 Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 - 10

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungs-, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen UV zu Grunde liegen

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

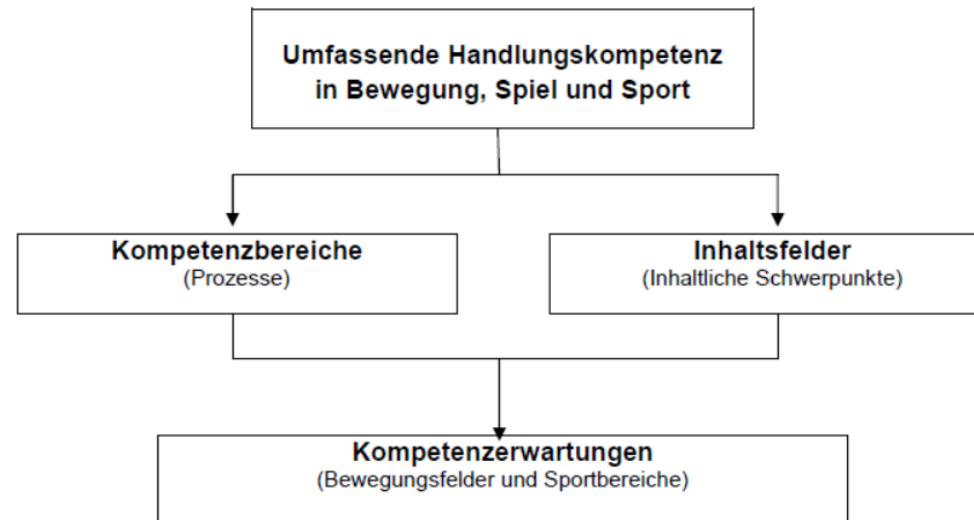
### Beispiel 1 Überblick über alle UV – Themen

BF 1	BF 2	BF 3	BF 4	BF 5	BF 6	BF 7
<b>UV in 5 und 6</b>						
<b>BF 4 nur in Jahrgang 5</b>						
<p>UV1: Mein Körper spricht mit mir! - Belastungsgrenzen erfahren und deuten</p>	<p>UV1: Spiele machen Spaß?! Kleine Spiele ausprobieren, verändern und Regeln sinnvoll variieren.</p>	<p>UV1: Ganz schön aus der Puste!? – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können</p>	<p>UV1: Kann ich über das Wasser laufen? - Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen sammeln</p>	<p>UV1: Wir hangeln, balancieren, rollen ... - grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten spielerisch erfahren</p>	<p>UV1: Der Rhythmus, bei dem ich mit muss- einfache technisch-koordinative Grundformen zu musikalischen Rhythmen</p>	<p>UV1: Was kann ich alles mit einem Basketball machen? - grundlegende Fertigkeiten kennenlernen und anwenden.</p> <p>UV2: Der Schläger und ich - Wie man einen Ball schlagen kann</p>
<p>UV2: Muss ich meinen "Motor" auch aufwärmen? - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht durchführen</p>	<p>UV2: Der Ball muss ins Tor!? - spaß volles Erleben eines Torschussspiels</p>	<p>UV2: Höher, schneller, weiter! - Grundlegende Wettkampftechniken erlernen und anwenden</p>	<p>UV2: In der Bauchlage klappt es am besten! - Das Brust- u. Kraulschwimmen als grundlegende Technik Erarbeiten</p>	<p>UV2: Schwingen, stützen und springen - unterschiedliche Turngeräte kennen lernen und in einem Wettkampf anwenden</p>		<p>UV3: Wir spielen zusammen - Basketballspezifische kleine Spiele.</p> <p>UV4: Klein und federleicht - vom Miteinander Federballspielen zum gegeneinander Badmintonspielen.</p>

UV in 7 und 8						
BF 4 nur in Jahrgang 5						
UV3: Cool auf der Matte - Entspannungsübungen kennen lernen	UV3: Welche Spiele gelingen mit dem Ball in der Hand?	UV3: Über die Latte springen, aber wie?	UV3: Ich kann was - in einer selbstgewählten Schwimmart ausdauernd schwimmen können	UV3: Ich kann "was" - Basiskompetenzen im Boden- u. Geräteturnen erweitern.	UV2: Tanzen oder Akrobatik?! - Gestalterische Akrobatikübungen zu Klang, Rhythmus und Musik	UV5: Spielen wie die Großen – Grundlegende Techniken festigen.  UV6: Groß und stark gegen klein und schwach – Ist das fair?
UV4: Wer rastet der rostet - Planung, Durchführung und Reflektion zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit	UV4: Worin liegen eigentlich Gemeinsamkeiten der Spiele am Bsp. Flagfootball	UV4: Wir laufen um die Wette - Das große Lauf ABC	UV4: Ins Wasser springen macht mir keine Angst - vielfältige Sprünge und meine Grenzen		UV3: Jetzt geht's ab - Kleinchoreografien zu Hip-Hop und Breakdance.	UV7: Wenn wir uns absprechen, sind wir besser -Taktik sinnvoll anwenden.  UV8: Die gegnerischen Spieler überlisten -Komplexe Spielsituationen wahrnehmen und angemessen handeln.

<p style="text-align: center;"><b>UV in 9 und 10</b> <b>BF 4 nur in Jahrgang 5</b></p>						
UV5: Ich verbessere meine psychische und physische Leistungsfähigkeit	UV5: Was ist denn das für ein merkwürdiges Spiel? - Ultimate Frisbee	UV5: Das habe ich noch nie gemacht - eine Kugelstoßen?!  UV6: Wie bleibe ich durch Laufen fit	UV5: Ich tauche Unter - lange die Luft anhalten und sicher unter Wasser bewegen	UV5: Jetzt wird es schwierig - Fortgeschrittenkompetenzen im Boden- u. Geräteturnen.	UV4: Powerdance zum Schwitzen - Zumba, Capoeira und andere.	UV9: Mit System spielen – Komplexe Spielsituationen erkennen und lösen.
	UV6: Ball über das Netz - Neue Spielideen entwickeln	UV7: Gibt es noch andere Möglichkeiten - individuelle Verbesserungen der Hochsprungtechnik				UV10: Wir planen ein Turnier für die Klassen(n) und erproben es.  UV11: Basketball im "rauen" Alltag – Ein Streetball Turnier planen.

# Inhaltsfeld (IF)



## Kompetenzerwartung (KE) in den Bewegungsfeldern (BF) früher: Inhaltsbereiche

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/ Bootssport/ Wintersport

9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 1</b> <b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b> <b>(BF1 / IK1.3)</b>	<b>Inhaltsfeld leitend/ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UV (Stdn.)</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
<b>Thema UV: Mein Körper spricht mit mir! - Belastungsgrenzen erfahren und deuten</b>  Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.2, 6 UK 1.1  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 BWK 1.2: Die SuS können ihre Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben (MKR 1.2)</li> <li>• 6 UK 1.1: Die SuS können ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien und mit Hilfe digitaler Medien beurteilen. (MKR 1.2)</li> </ul>	a.1, a2, d.1	5	4	1.1, 5.x,
<b>Thema UV: Muss ich meinen "Motor" auch aufwärmen? – allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht durchführen</b>  Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.1, 6 MK 1.1  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 6 BWK 1.1: Die SuS können sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.</li> <li>• 6 MK 1.1: Die SuS können allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, Dehnen, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden. Dabei können Sie den Einsatz unterschiedlicher Hilfen beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (MKR 1.2)</li> </ul>	a.3, f.1	6	8	1.2, 6.x,
<b>Thema UV: Cool auf der Matte - Entspannungsübungen kennen lernen Kompetenzerwartungen:</b>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 8 BWK 1.3: Die SuS können eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung auch mit digitalen Medien beschreiben (MKR 1.2)</li> <li>• 8 UK 1.3: Die SuS können gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.</li> </ul>	a.1, f.2, f.3	7	6	1.3, 7.x,

<p><b>Thema UV: Wer rastet der rostet - Planung, Vorbereitung, Durchführung und Reflexion des Gesundheitslaufs zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit</b>  Kompetenzerwartungen: 8 BWK 1.2, 8 MK 1.2, 8 UK 1.1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 8 BWK 1.2: Die SuS können ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</li> <li>• 8 MK 1.2: Die SuS können grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben, auch mit digitalen Medien. (MKR 5.3)</li> <li>• 8 UK 1.1: Die SuS können ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. (MKR 5.3)</li> </ul>	a.1, d.1, d.2, d.3	8	4	1.4, 8.x,
<p><b>Thema UV: Anstrengung und Entspannung – Verbesserung der psychischen und physischen Leistungsfähigkeit</b>  Kompetenzerwartungen: 10 BWK 1.2, 10 BWK 1.3, 10 MK 1.2, 10 UK 1.1</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 10 BWK 1.2: Die SuS können ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</li> <li>• 10 BWK 1.3: Die SuS können unterschiedliche Entspannungstechniken (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau, auch mit Hilfe digitaler Medien (MKR 5.3), beschreiben.</li> <li>• 10 MK 1.2: Die SuS können grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.</li> <li>• 10 UK 1.1: Die SuS können ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen und die gesundheitlichen Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen (MKR 5.3)</li> </ul> <p>→ Änderungen gegenüber Vorlage: Themenformulierung UV 1.4 und 1.5 (→ müssen auch im Überblick berücksichtigt werden)  → Änderungsvorschlag: UV 1.3 und 1.4 evtl. in umgekehrter Reihenfolge? (→ 6 statt nur 4 Stunden für Ausdauerthema)</p>	a.1, a.2, c.2, d.1, d.2, f.2	9	6	1.5, 9.x.

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 2</b> <b>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen- BF 2</b> <b>(BF2 / IK2.3)</b>	<b>Inhaltsfeld</b> <b>leitend/</b> <b>ergänzend</b>	<b>Jahrgangs-</b> <b>stufe</b>	<b>Dauer</b> <b>des</b> <b>UV</b> <b>(Std.n.)</b>	<b>Laufende</b> <b>Nr. der UV</b>
<b>Thema UV: Der Ball muss ins Tor!? Spaßvolles Erleben eines Torschussspiels?!</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten (Schießen + Stoppen) (BWK)</li> <li>• taktisch-kognitive Fähigkeiten (Freilaufen, Passmöglichkeiten erkennen) (BWK)</li> <li>• teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen (BWK)</li> <li>• Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (Spielidee, Spielerzahl, Material, Raum), auch außerhalb der Sporthalle (Sportplatz/Gummiplatz) initiieren, durchführen und verändern (MK)</li> <li>• Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung zur Durchführung kleiner</li> <li>• Spiele sicher bewerten (Weiterführung in der Pause / im OA) (UK) (MKR 1.2)</li> </ul>	a 1  c 1,2 e 1,2,3,4 f 1	5	16	2
<b>Thema UV: Welche Spiele gelingen mit dem Ball in der Hand?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weiterentwicklung spielübergreifender technisch-koordinativer Fertigkeiten (Passen, Fangen, Dribbeln) (BWK)</li> <li>• Weiterentwicklung taktisch-kognitiver Fähigkeiten (Unterschied Angriff – Abwehr, Einzeltaktik) (BWK) und dabei den Einsatz unterschiedlicher Hilfen nutzen (MKR 1.2)</li> <li>• Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (Spielidee, Spielerzahl, Material, Raum), auch außerhalb der Sporthalle (Gummiplatz) initiieren, durchführen und verändern (MK)</li> </ul>	a 1,2,3  c 1,2  e 1,2,3,4  f 1	7	16	3
<b>Thema UV: Gemeinsamkeiten von Spielen am Beispiel Flag-Football</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weiterentwicklung spielübergreifender technisch-koordinative Fertigkeiten (Passen + Fangen) (BWK)</li> <li>• nach vorgegebenen Kriterien mit- und Gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (Gruppentaktik) (BWK)</li> <li>• Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (Spielidee, Spielerzahl, Material, Raum), auch außerhalb der Sporthalle (Gummiplatz) initiieren, durchführen, verändern und dabei den Einsatz unterschiedlicher Hilfen nutzen (MKR 1.2 (MK)</li> <li>• das Spiel hinsichtlich seiner Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte,</li> <li>• Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen; Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu anderen Spielen erkennen und bewerten (UK)</li> </ul>	a 1,2,3  c 1,2  e 1,2,3,4  f 1	8	6	4
<b>Thema UV: Was ist denn das für ein merkwürdiges Spiel? – Ultimate Frisbee</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe technisch-koordinative Fertigkeiten (Passen + Fangen) (BWK)</li> </ul>	a 1,2,3  c 1	9	6	5



<ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe taktisch-kognitive Fähigkeiten (lange oder kurze Pässe, Freilaufen, Räume nutzen) weiterentwickeln und situationsgerecht anwenden (BWK)</li> <li>• mit- und Gegeneinander technisch und taktisch situationsgerecht handeln (BWK)</li> <li>• Ultimate Frisbee selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen können (BWK)</li> <li>• das Spiel bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (Spieleranzahl, Raum) auch außerhalb der Sporthalle (Gummiplatz, Sportplatz) initiieren und eigenverantwortlich durchführen und dabei den Einsatz unterschiedlicher Hilfen nutzen (MKR 1.2 (MK)</li> <li>• Ziele von Regeln erkennen (MK)</li> <li>• Auswirkungen von Regelveränderungen erkennen und beurteilen (MK)</li> <li>• Bewegungsspiele aus anderen Kulturen hinsichtlich ihrer Normen und Werte, Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen (kein Körperkontakt, Fair-Play: Wertehintergrund des Spiels als gemeinsames Ideal) (UK)</li> </ul>	e 1,2,3,4 f 1			
<b>Thema UV: Ball über das Netz – Neue Spielideen entwickeln</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten (Pritschen + Baggern) (BWK)</li> <li>• komplexe taktisch-kognitive Fähigkeiten (Zusammenspiel innerhalb der eigenen Mannschaft) (BWK)</li> <li>• Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (Spieleranzahl, Raum) - auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (MK) und dabei den Einsatz unterschiedlicher Hilfen nutzen (MKR 1.2)</li> <li>• Heterogenitätsdimensionen (körperl. Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede) erkennen und beurteilen (UK)</li> </ul>	a 1,2,3 c 1 e 1,2,3,4 f 1	10	6	6

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 3</b> <b>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik - BF 3</b> <b>(BF3 / IK3.3)</b>	<b>Inhaltsfeld</b> <b>leitend/</b> <b>ergänzend</b>	<b>Jahrgangs-</b> <b>stufe</b>	<b>Dauer</b> <b>des</b> <b>UV</b> <b>(Stdn.)</b>	<b>Laufende</b> <b>Nr. der UV</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK 1 Die SuS können eine für das Springen grundlegende Körperspannung aufbauen</li> <li>• BWK 2 Die SuS können grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Sprunggeräten ausführen und dabei unterschiedliche Hilfen beim Erlernen und Verbessern auswählen und verwenden (MKR 1.2)</li> <li>• MK 1 Die SuS können Geräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen</li> <li>• MK 2 Die SuS können grundlegende Aspekte sicherheitsgerechten Verhaltens und des Helfens und Sicherns beschreiben und im Unterricht einhalten, sowie einfache Helferhandlungen ausführen</li> <li>• UK 1 Die SuS können Geräteaufbauten und turnerische Übungssituationen unter sicherheitsbezogenen Aspekten beurteilen)</li> </ul>	a / b a1 / b2	6	6	?
<b>Themen UV:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Springen an unterschiedlichen Geräten (schülerorientiert)</li> <li>• Grundlegende Körperspannung aufbauen und in der Luft und bei der Landung aufrechterhalten (kompetenzorientiert)</li> <li>1. Sprünge auf dem Minitramp (Grätsche, Hocke, Sprünge mit halber und ganzer Drehung)</li> <li>2. Bockspringen (Grätsche)</li> <li>3. Sprünge am großen Kasten/ quer (Hockwende)</li> </ul>				

Bewegungsfeld / Sportbereich 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen – BF 4 –	Inhaltsfeld leitend/ ergänzend	Jahgangs- stufe	Dauer des UV (Std.n.)	Laufende Nr. der UV
Bewegen im Wasser - Schwimmen – BF 4 – UV 1 (BF4 / IK4.3) <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK1: Die SuS können grundlegende körperlich sinnliche Wahrnehmungen zur Wasserbewältigung sammeln, sodass sie Bewegungsfreude im Wasser haben können</li> <li>• MK1: Die SuS können soziale Vereinbarungen und Regeln anwenden</li> <li>• MK2: Die SuS können vielfältige Spielformen im Wasser ohne und mit Partnern und/oder Gerät erkunden</li> <li>• UK1: Die SuS können die Bade-, Sicherheits- und Hygieneregeln akzeptieren und verinnerlichen; unter Nutzung digitaler Medien erarbeiten und im Hinblick auf Nutzen analysieren (MKR 5.3)</li> <li>• Wasserbewältigung durch Spielformen</li> <li>• Wahrnehmung der elementaren Gesetzmäßigkeiten des Wassers</li> <li>1. Kopf unter Wasser nehmen</li> <li>2. Gleitübungen</li> <li>3. Auftrieb kennenlernen und Wasserlage verinnerlichen</li> </ul>	a a1/a2	5	6	1
Bewegen im Wasser - Schwimmen – BF 4 – UV 2 (BF4 / IK4.3) <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK1: Die SuS können eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfache Form von Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen; dabei können unterschiedliche Hilfen auf dem Lernweg ausgewählt und verwendet werden (MKR 1.2)</li> <li>• MK1: Die SuS können in Partnerarbeit festgelegte Kriterien beobachten und ein Feedback zu der Ausführung geben MK2: Die SuS können durch das Erlernen von Brust- und/ oder Kraulschwimmen die eigene Wassersicherheit verbessern</li> <li>• UK1: Die SuS können Vorlieben des eigenen Bewegungshandelns entdecken und in den Lebensstil einbeziehen</li> <li>• Die SuS erlernen unterschiedliche Schwimmtechniken</li> <li>• Die SuS bauen ihr Bewegungsrepertoire aus, das sie auch in Freizeitangeboten nutzen können</li> <li>1. Mindestens eine grundlegende Schwimmtechnik entwickeln und sicher anwenden können</li> <li>2. Eine weitere Schwimmtechnik kennen</li> </ul>	a a1/ a2/ a3	5	12	2
Bewegen im Wasser - Schwimmen – BF 4 – UV 3 (BF4 / IK4.3) <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK1: Die SuS können eine Ausdauerleistung (ca. 10 min.) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung im gleichförmigen Tempo- unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit erbringen</li> <li>• BWK2: Die SuS können Freude an der eigenen Leistungsentwicklung und Leistungszuversicht haben</li> </ul>	a/c a1 c1/c2/c3	5	6	4

<ul style="list-style-type: none"> <li>• MK 1: Die SuS können körperliche Anstrengung und Regeneration als bedeutsam für die eigene Gesundheit erfahren; unter Verwendung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf gesundheitlichen Nutzen analysieren (MKR 5.3)</li> <li>• UK1: Die SuS können die individuellen Leistungen in normativen Bezügen einschätzen und entwickeln</li> <li>• Die SuS werden sich den eigenen Stärken bewusst</li> <li>• Die SuS schwimmen ausdauernd unter Bewusstmachung der Gesundheitsförderung <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Die SuS schwimmen ca. 10min.</li> <li>2. Pulsmessung bei unterschiedlicher Belastung</li> <li>3. Bewusstmachung der Bedeutung von gesundheitsorientiertem Sport</li> </ol> </li> </ul>				
<p>Bewegen im Wasser - Schwimmen – BF 4 – UV4 (BF4 / IK4.3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK1: Die SuS können das Springen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen</li> <li>• MK1: Die SuS können die Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen und einhalten</li> <li>• MK2: Die SuS können die Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen und Springen anwenden (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen); Bewegungsgestaltungen auch mit Hilfe von digitalen Medien nach- um- und neugestalten (MKR 1.2)</li> <li>• UK1: Die SuS können die Verhaltensweisen an und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen</li> <li>• UK2: Die SuS können Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entwickeln; Den Einsatz von Hilfen kriteriengeleitet bewerten (MKR 1.2)</li> <li>• Die SuS können Lust am Entdecken neuer Sportarten haben</li> <li>• Die SuS können einen vertrauensvollen Umgang mit Wagnis und Risiko entwickeln <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Springen von Startblock/ 1m/ 3m</li> <li>2. Synchronspringen</li> <li>3. Kreative Sprünge nach festgelegten Kriterien gestalten</li> </ol> </li> </ul>	a/c a1 c1/c2/c3	5	6	4
<p>Bewegen im Wasser - Schwimmen – BF 4 – UV5 (BF4 / IK4.3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK1: Die SuS können das Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u.a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen</li> <li>• BWK 2: Die SuS können Gewichte und Gegenstände transportieren und deren Auswirkungen auf das Schwimmen erläutern</li> <li>• BWK3: Die SuS können grundlegende Techniken ausgewählter</li> <li>• Sportarten erkunden; Hilfen beim Erlernen und Verbessern der Bewegungsaufgaben auswählen und verwenden (MKR 1.2)</li> </ul>	a/c a1 c1/c2/c3	5	6	5

<ul style="list-style-type: none"> <li>• MK1: Die SuS können die Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen und einhalten</li> <li>• MK2: Die SuS können die Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen und Springen anwenden (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen)</li> <li>• UK1: Die SuS können die Verhaltensweisen an und im Wasser untersicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen</li> <li>• UK2: Die SuS können Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entwickeln <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Die SuS können Fähigkeiten der Wasserbewältigung wie Tauchen und Springen sicher anwenden</li> <li>○ Die SuS lernen Angst zu bewältigen und lernen ihre Grenzen kennen</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tauchen nach Gegenständen (Tiefe)</li> <li>2. Streckentauchen</li> <li>3. Schnorcheln</li> <li>4. Unterwasserball</li> </ol> </li> </ul>				
--	--	--	--	--

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 5</b> <b>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik - BF 5</b> <b>(BF5 / IK5.3)</b>	<b>Inhaltsfeld leitend/ ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UV (std.)</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
UV1 (BF5 / IK5.3) <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK 1 Die SuS können eine für das Springen grundlegende Körperspannung aufbauen</li> <li>• BWK 2 Die SuS können grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Sprunggeräten Ausführen und dabei den Einsatz unterschiedlicher Hilfen nutzen (MKR 1.2)</li> <li>• MK 1 Die SuS können Geräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen</li> <li>• MK 2 Die SuS können grundlegende Aspekte sicherheitsgerechten Verhaltens und des Helfens und Sicherns beschreiben und im Unterricht einhalten, sowie einfache Helferhandlungen ausführen</li> <li>• UK 1 Die SuS können Geräteaufbauten und turnerische Übungssituationen unter sicherheitsbezogenen Aspekten beurteilen) und gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien nach und umgestalten (MKR 1.2)</li> </ul>	(4) a / b (5) a1 / b2	6	6	

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 6</b> <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (BF6 / IK3.3)</b>	<b>Inhaltsfeld leitend/ ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UV (std.)</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
UV1 (BF6 / IK6.3) <ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK 1 Die SuS können eine für das Springen grundlegende Körperspannung aufbauen</li> <li>• BWK 2 Die SuS können grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Sprunggeräten Ausführen und dabei den Einsatz unterschiedlicher, auch medialen medialer Hilfen, nutzen (MKR 1.2)</li> <li>• MK 1 Die SuS können Geräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen</li> <li>• MK 2 Die SuS können grundlegende Aspekte sicherheitsgerechten Verhaltens und des Helfens und Sicherns beschreiben und im Unterricht einhalten, sowie einfache Helferhandlungen ausführen</li> <li>• UK 1 Die SuS können Geräteaufbauten und turnerische Übungssituationen mit Hilfe von medialen Vor- und Aufgaben im Hinblick auf sicherheitsbezogene Aspekte beurteilen</li> </ul>	(4) a / b (5) a1 / b2	6	6	
UV2 (BF6 / IK6.3) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Springen an unterschiedlichen Geräten (schülerorientiert)</li> <li>• Grundlegende Körperspannung aufbauen und in der Luft und bei der Landung aufrechterhalten (kompetenzorientiert)</li> <li>• Sprünge auf dem Minitramp (Grätsche, Hocke, Sprünge mit halber und ganzer Drehung)</li> <li>• Bockspringen (Grätsche)</li> <li>• Sprünge am großen Kasten/ quer (Hockwende)</li> </ul>				

Bewegungsfeld / Sportbereich 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF7 / IK7 .3)	Inhaltsfeld leitend/ ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (std.)	Laufende Nr. der UV
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK 1 Die SuS können den Ball beidhändig passen und fangen und sich gegenseitig beobachten sowie den Ist- mit dem Soll-Zustand vergleichen (MKR 1.2)</li> <li>• BWK 2 Die SuS können den Ball dribbeln (MKR 1.2 s.o.)</li> <li>• MK 1 Die SuS kennen Spielregeln kleiner Spiele: Brennball, Hase u. Jäger, Völkerball, Sekundenfangen, Kegelklau, Medizinballtreiben</li> <li>• MK 2 basketballtypische Spiele Turmball, Kastenbasketball, Korbball usw.</li> <li>• UK 1 Die SuS akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen</li> <li>• UK 2 Die SuS können teilweise Schiedsrichteraufgaben übernehmen Technik Dribbling mit Druck, Blick vom Ball gelöst, auf begrenztem Raum gegenseitig Ball wegschlagen, Fähnchen klauen, Dribbling durch Parkour Korbwurf einhändig, Wurfhand/ Stützhand/ mit Brettkontakt/ Beine aktiv gebeugt/gestreckt die SuS können unter Verwendung einfacher Hilfen (z. B. Visualisierungen) sportliche Bewegungen erlernen und üben (MKR 1.2)</li> </ul>	(a / e	5 ,6	8	2
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK 1 Die SuS können den Ball beidhändig passen und fangen</li> <li>• BWK 2 Die SuS können den Ball blickgelöst dribbeln</li> <li>• BWK 3 die SuS beherrschen den Korbleger</li> <li>• Die SuS können beim Erlernen und Vertiefen der basketballspezifischen Techniken Visualisierungen, akustische Signale und Hilfestellungen verwenden und die sportlichen Bewegungen kriteriengeleitet bewerten (MKR 1.2)</li> <li>• MK 1 BB-Spiel in Mannschaften (ohne Dribbling)</li> <li>• MK 2 Spiel nach Spielregeln des großen Spiels BB</li> <li>• MK 3 SuS verhalten sich nach Fair Play – Kodex</li> <li>• MK 5 basketballtypische Taktische Übungs-/Spielformen 8terlauf</li> <li>• UK 1 Die SuS akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen</li> <li>• UK 2 Die SuS können selbstständig faire Mannschaften zusammenstellen</li> <li>• Technik und Taktik situativ einordnen und anwenden (einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden (MKR 1.2)</li> <li>• UK 2 Die SuS werden als Schiedsrichter eingesetzt <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bewegungsphasen erkennen und beschreiben</li> <li>○ Einschätzen des eigenen /anderen Könnens</li> <li>○ Spiel 3:3; 5:5; Freilaufen; Give-and-Go</li> <li>○ Gruppentaktik: Give-and-Go, Überzahlspiel; Individualtaktik; Mannverteidigung</li> <li>○ Komplexe Bewegungsformen in der Grobform beschreiben und analysieren</li> <li>○ Ausbau des 3:3; 5:5 Benennung der Spieler und festlegen der Aufgaben (z.B. Aufbauspieler, Center)</li> </ul> </li> </ul>	a/ e	7,8,9,10	8	2

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Dribbling mit Druck und Tempo, Blick vom Ball gelöst</li> <li>○ Dynamischer Korbleger mit Tempo aus festgelegtem Ballweg über mehrere Stationen</li> <li>○ Korbwurf „3er“</li> </ul> </li> </ul>				
--	--	--	--	--

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 8 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wintersport (BF8 / IK8 .3)</b>	<b>Inhaltsfeld leitend/ ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UV (std.)</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• BWK1 Die SuS können für das Halten auf den Schlittschuhen die nötige Körperspannung aufbauen</li> <li>• BWK2 Die SuS können das nötige Gleichgewicht aufrechterhalten</li> <li>• BWK3 Die SuS können durch z.B. anspruchsvollere Kurvenfahrten die Geschwindigkeit verändern</li> <li>• MK 1 Die SuS können die Schuhe und Schutzkleidung sicher anlegen</li> <li>• MK 2 Die SuS können grundlegende Sicherheitsaspekte im Umgang mit den Schlittschuhen und dem Eis beschreiben und einhalten</li> <li>• UK 1 Die SuS können entsprechend ihrem Können die Art und Weise der Fortbewegung (Geschwindigkeit) anpassen und sich somit sicher auf dem Eis bewegen.</li> </ul>	(a1/b2/c1a / e	5 bis 10	4 Tage	

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich 9 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wintersport (BF9 / IK9 .3)</b>	<b>Inhaltsfeld leitend/ ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UV (std.)</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
<p><b>Thema: Wir ringen, wir raufen, wir lernen - heranzuführen an Ringen und Raufen durch kleine Spiele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen (BWK)</li> <li>• sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/ den Partner übernehmen (BWK)</li> <li>• grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (MK)</li> <li>• durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen (MK)</li> <li>• (mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (MKR 1.2)</li> </ul>	a 1,2,3 b 2 c 1,2,3 d 1,2 e 1,3 f 1	6	10	1



<ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (UK)</li> <li>• die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen (UK)</li> </ul>				
<p><b>Thema: Erlernen von Falltechniken und Möglichkeiten den Gegner in die Rückenlage zu zwingen.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z.B. bei grundlegenden Fall-, Halte-, Befreiungs- und Bodenkampftechniken) von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. (BWK)</li> <li>• körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen. (BWK)</li> <li>• grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerechten anwenden. (MK)</li> <li>• durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen. (MK)</li> <li>• komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. (UK)</li> </ul>	a 1,2,3 b 2 c 1,2,3 e 1,3 f 1	6	6	2
<p><b>Thema: Judo und Ringen als Kampfsportart</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend in ihrer Funktion erläutern. (BWK)</li> <li>• mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. (BWK)</li> <li>• Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. (MK)</li> <li>• kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben. (MK)</li> <li>• Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen. (UK)</li> <li>• Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen. (UK)</li> </ul>	a 1,2,3 b 2 c 1,2,3 d 1,2 e 1,3 f 1	6	6	3

## 2.5 Gesamtübersicht Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I

Woche/ Jahrgang	5	6	7	8	9	10					
1.	BF 4	BF1 UV1	BF1 UV2	BF6 UV1	BF1 UV3	BF6 UV2	BF1 UV5	BF1 UV5	BF2 UV	1	
2.										2	
3.										3	
4.										4	
5.			BF2 UV1					BF2 UV4		6	5
6.											6
7.						BF2 UV3			BF2 UV	BF3 UV	7
8.											8
9.										6	9
10.											10
11.			BF3 UV 1					BF3 UV		BF5 UV	11
12.					BF7 UV2						12
13.					BB					6	13
14.											14
15.							BF7 UV3 BB				15
16.								BF5 UV 4			16
17.										BF6 UV4	17
18.											18
19.											19
20.									BF5 UV		20
21.								BF6 UV3			21
22.							BF7 UV3 Bami		5	BF7 UV 6	22
23.			BF5 UV 1			BF3 UV 3					23
24.								BF7 UV4 BB			24
25.					BF8 UV1				BF7 UV5		25
26.											26
27.						BF5 UV 3					27
28.							BF8 UV2		BB	BF7 UV6	28
29.								BF7 UV4 Bami			29
30.											30
31.										BB	31
32.			BF7 UV1 BB						BF7 UV5 Bami	BF9 UV 3	32
33.											33
34.											34
35.								BF9 UV 2			35
36.			BF7 UV1 Bami		BF 8 UV 1						36
37.											37
38.											38
39.											39
40.											40

## 2.5. Schulinterner Lehrplan Sport SEK.II

Willy-Brandt-Schule Mülheim an der Ruhr

(Stand 10.12.22)

### Entscheidungen zum Unterricht

Die im Lehrplan aufgeführten Unterrichtsvorhaben werden mit dem Anspruch geplant, sämtliche im Kernlehrplan aufgeführten Kompetenzen abzudecken. Daraus leitet sich für die unterrichtenden Lehrer die Verpflichtung ab, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln. Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können. Die Darstellung der Inhalte erfolgt dabei auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Kapitel 2.5.1 wird zunächst nur die Einführungsphase vorgestellt.

### 2.5.1. Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Woche / Jahrgang	11		12	13	
1	BF7 / UV1 Wir agieren in der Kleingruppe – Individual- und Gruppentaktisches Verhalten beim elementarisierten Handballspiel	BF3 / UV2 Ich mache mich fit! – Trainieren für den Schulgesundheitslauf	UV 1.1 Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts	UV 5.2 Wettkampforientiertes Handeln in Unterschiedlichen Turnier- und Spielformen unter besonderer Berücksichtigung von Vermittlungsmodellen der Sportspiele.	
2					
3	BF4 / UV3 Was ist beim Rückenschwimmen anders? – Rückenschwimmen unter wettkampf-spezifischen Bedingungen ausführen	BF4 / UV4 Wer traut sich? - Sprünge aus unterschiedlichen Höhen ins Wasser bewältigen	UV 2.1 Wir spielen mit- und Gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Einzelspiel technisch und taktisch lösen	UV 5.4 Entwicklung von 2 LA Disziplinen über den Einsatz von verschiedenen Lernwegen.	
4					
5					
6		BF5 / UV6 Den Boden vielfältig nutzen – Anwendung und Beurteilung verschiedener methodischer Wege zum Erlernen und Verbessern	UV 4.1 Hip-Hop	UV 6.2 Wie der Anfang, so	
7					
8		BF6 / UV5 Hüpfen mal stylisch – Mit einem Handgerät eine Choreografie gestalten			
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					

		turnerischer Elemente am Boden		das Ende: Kleine Spiele und Sportspiele
23	BF8 / UV7 Mehr als nur „Asphaltsurfen“ – Spielformen auf dem Wave- und Wettkampfformen	BF7 / UV8 Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen das Badminton im Einzel- und Doppelspiel lösen technisch und taktisch		
24				
25				
26				
27				
28				
29	Freiraum	Freiraum	UV 5.1 Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen das Badminton im Doppelspiel technisch und taktisch lösen	UV 6.4 Entwicklung und
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				Freiraum

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

Schulinterner Lehrplan Sport WBS Sek. II					Überblick über alle UV - Themen		
BF1	BF2	BF3	BF4	BF5	BF6	BF7	BF8
UV in JG. 11			Nur in JG 11	UV in JG. 11			
		UV2 Ich mache mich fit! – Trainieren für den Schulgesundheitslauf	UV3 Was ist beim Rückenschwimmen anders? – Rückenschwimmen unter wettkampfspezifischen Bedingungen ausführen	UV6 Den Boden vielfältig nutzen – Anwendung und Beurteilung verschiedener methodischer Wege zum Erlernen und Verbessern turnerischer Elemente am Boden	UV5 Hüpfen mal stylisch – Mit einem Handgerät eine Choreografie gestalten	UV5 Hüpfen mal stylisch – Mit einem Handgerät eine Choreografie gestalten	UV7 Mehr als nur „Asphaltsurfen“ - Spiel- und Wettkampfformen auf dem Waveboard kooperativ erschließen
			UV4 Wer traut sich? - Sprünge aus unterschiedlichen Höhen ins Wasser bewältigen			UV8 Wir spielen mit- und Gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badminton im Einzel- und Doppelspiel technisch und taktisch lösen	
<b>UV in JG. 12.1</b>							
BF1	BF2	BF3	BF4	BF5	BF6	BF7	BF8
UV 2.3 Wer rastet, der rostet“ - Entwicklung von Konzepten zur ganzheitlichen, funktionellen Körperkräftigung unter		UV 1.4 Entwicklung der wettkampfspezifischen Ausdauer unter Berücksichtigung individueller Leistungs voraussetzungen.		UV 1.2 Den Boden und das Reck vielfältig nutzen	UV 1.1 Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts  UV 1.3 Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des	UV 2.1 Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badminton im Einzelspiel technisch und taktisch lösen  UV3 3.1 Flag Football – Erprobung einer amerikanischen Spielidee unter	

Berücksichtigung einer gesundheitsorientierten und -bewussten Auseinandersetzung					Gesundheitsaspekts	Akzentuierung der Einführung in individual- und gruppentaktische Möglichkeiten der offensiven und defensiven Spielgestaltung UV2.2 Festigung und Entwicklung technischer Grundlagen unter Berücksichtigung verschiedener	
--	--	--	--	--	--------------------	---	--

**UV im Jg. 12.2**

BF1	BF2	BF3	BF4	BF5	BF6	BF7	BF8
UV 4.3 Jump with Style – Selbstständige Entwicklung einer Kleingruppen-Choreografie zum „Jump style“ als Anlass zur Erweiterung gestalterischer Fähigkeiten und Förderung		UV 3.4 Verbesserung der Fitness (Kraft und Ausdauer) unter Berücksichtigung individueller Leistungsvoraussetzungen und von Aspekten einer gesunden Lebensführung.  UV 3.4 Verbesserung der Fitness (Kraft und Ausdauer) unter Berücksichtigung individueller Leistungsvoraussetzungen		UV 1.2 Den Boden und das Reck vielfältig nutzen  UV 3.2 Le Parcour	UV 1.1 Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts UV 1.3  Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts  UV 4.1 Hip-Hop	UV 2.1 Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badminton im Einzelspiel technisch und taktisch lösen UV3 3.1  Flag Football – Erprobung einer amerikanischen Spielidee unter Akzentuierung der Einführung in individual- und gruppentaktische Möglichkeiten der	

<p>selbstständiger, kooperativer Arbeitweisen</p> <p>UV 4.3 Jump with Style – Selbstständige Entwicklung einer Kleingruppen-Choreografie zum „Jump style“ als Anlass zur Erweiterung gestalterischer Fähigkeiten und Förderung selbstständiger, kooperativer Arbeitweisen</p>		<p>ngen und von Aspekten einer gesunden Lebensführung.</p>			<p>UV 3.3 Hip-Hop</p>	<p>offensiven und defensiven Spielgestaltung UV2.2 Festigung und Entwicklung technischer Grundlagen unter Berücksichtigung Verschiedener</p> <p>UV 5.1 Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Doppelspiel technisch und taktisch lösen</p> <p>UV 6.1 UV 4.2 Entwicklung und Vertiefung taktischen</p>	
UV in JG 13							
BF1	BF2	BF3	BF4	BF5	BF6	BF7	BF8
		<p>UV 5.4 Entwicklung von 2 LA Disziplinen</p>				<p>UV 5.2 Wettkampfortientertes Handeln in unterschiedlichen</p>	

		über den Einsatz von verschiedenen Lernwegen.				Turnier- und Spielformen unter besonderer Berücksichtigung von Vermittlungsmodellen der Sportspiele.	
		UV 6.4 Entwicklung und Erprobung eines Kursbezogenen LA-Wettkampfes in der Halle.				UV 6.2 Wie der Anfang, so das Ende: Kleine Spiele und Sportspiele – Ihre Bedeutung für das Sporttreiben.	

## 2.5.2. Einführungsphase / Jahrgangsstufe 11

„In der Einführungsphase werden den Schülerinnen und Schülern unterschiedliche Akzentsetzungen sportlichen Handelns in möglichst großer Breite vermittelt und bewusst gemacht. Deshalb sollen hier mindestens drei Bewegungsfelder und Sportbereiche thematisiert werden und exemplarische Einblicke in alle Inhaltsfelder erfolgen.“ (KLP Sport Sek II, S.11)

Vor dem Hintergrund dieser Maßgabe hat die Fachkonferenz Sport die folgenden Bewegungsfelder und Sportbereiche ausgewählt:

- (1) BF/SB4: Bewegen im Wasser – Schwimmen
- (2) BF/SB6: Gestalten, Tanzen, Darstellen
- (3) BF/SB7: Spielen in und mit Regelstrukturen
- (4) BF/SB8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport (Waveboard)

Darüber hinaus werden an der Willy-Brandt-Schule zwei Sportfeste traditionell durchgeführt: der WBS-Gesundheitslauf und die Styruer Turnmeisterschaften, an denen übrigens auch einige Grundschulen aus dem Schulbezirk teilnehmen. Um den Schülerinnen und Schülern Gelegenheit zu geben, sich auch auf die Planung und die Teilnahme an diesen Sporttagen vorbereiten zu können, werden auch in den dazu gehörenden Sportbereichen Unterrichtsvorhaben durchgeführt:

- BF/SB2: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik
- BF/SB5: Bewegen an Geräten – Turnen

Im Rahmen der Behandlung dieser Sportbereiche werden den Schülerinnen und Schülern in der Einführungsphase/ Jahrgangsstufe 11 exemplarische Einblicke in alle Inhaltsfelder geboten:

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Bewegungsgestaltung (b)
- Wagnis und Verantwortung (c)
- Leistung (d)



- Kooperation und Konkurrenz (e)
- Gesundheit (f)

### Entscheidungen zum Unterricht in der Einführungsphase/Jg.11:

Zu Beginn der Jahrgangsstufe 11 kommt Jahr für Jahr eine große Anzahl neu angemeldeter Schüler zur Willy-Brandt-Schule, sodass in der Einführungsphase ca. 40% der Kursteilnehmer den Sportunterricht in der Sek I an einer anderen Schule absolviert haben. Es zeigt sich immer wieder, dass Schülerinnen und Schüler, die von anderen Schulen zur WBS kommen, in einigen Sportfeldern sehr unterschiedliche Vorkenntnisse besitzen. Auf diese heterogene Zusammensetzung der Kurse muss die Unterrichtsplanung Rücksicht nehmen. So werden in allen Unterrichtsvorhaben auch wiederholende Anteile zu planen sein. Es obliegt den Fachlehrern, dieses bei der Planung der UV angemessen zu berücksichtigen.

Probehalber ist in der Jg. 11 der gemeinsame Sportunterricht aufgehoben worden, um geschlechtshomogen zu unterrichten. Nach dem SJ. 15/16 wird dieser Versuch evaluiert.

### Entscheidungen zum Unterricht in der Qualifikationsphase/Jg.12:

Zu Beginn der Jahrgangsstufe 12 oder zum Ende der Jg. 11 entscheiden sich die SuS für ein Kursprofil. Es stehen 4 Profile zur Auswahl, die über einen Wahlzettel (s.u.) abgefragt werden.

#### UMFRAGE 22/23

⋮

1. Wähle eines dieser Sport-Profile als Erstwunsch aus \*

- Tanz
- Ballsportarten
- Leichtathletik
- Fitness
- Rückschlagsportarten

2. Wähle eines dieser Sport-Profile als Zweitwunsch aus \*

- Tanz
- Ballsportarten
- Leichtathletik
- Fitness
- Rückschlagsportarten

## Inhaltsverzeichnis

Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts .....	6
<b>UV 1.1 .....</b>	<b>10</b>
Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts .....	10
Thema: Wir agieren in der Kleingruppe – Individual- und gruppentaktisches Verhalten beim elementarisierten Handballspiel .....	21
Thema: Ich mache mich fit! – Trainieren für den Schulgesundheitslauf .....	22
<i>Thema: Was ist beim Rückenschwimmen anders? – Rückenschwimmen unter wettkampfspezifischen Bedingungen ausführen .....</i>	<i>23</i>
<i>Inhaltlicher Kerne: Sportschwimmen: Thema: Wer traut sich? - Sprünge aus unterschiedlichen Höhen ins Wasser bewältigen .....</i>	<i>24</i>
Thema: Hüpfen mal stylisch – Mit einem Handgerät eine Choreographie gestalten.....	25
<i>Thema: Den Boden vielfältig nutzen – Anwendung und Beurteilung verschiedener methodischer Wege zum Erlernen und Verbessern turnerischer Elemente am Boden</i>	<i>26</i>
<i>Thema: Mehr als nur „Asphaltsurfen“ - Spiel- und Wettkampfformen auf dem Waveboard kooperativ erschließen.....</i>	<i>27</i>
<i>Thema: Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Doppelspiel / Mixed technisch und taktisch lösen</i>	<i>28</i>
<b>Q1.1 Kursprofil 1:.....</b>	<b>29</b>
BF6 / BF7 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste / Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (1. Partnerspiele (Badminton), 2. Kurs wählt aus Mannschaftsspiel, Alternatives Sportspiel und Spiel aus einem anderen Kulturkreis) .....	29
Thema: Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts .....	29
Thema: Wir spielen mit- und gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Einzelspiel technisch und taktisch lösen .....	30
<i>Thema: Flag Football – Erprobung einer amerikanischen Spielidee unter Akzentuierung der Einführung in individual- und gruppentaktische Möglichkeiten der offensiven und defensiven Spielgestaltung.....</i>	<i>31</i>
<b>Q1.1 Kursprofil 2:.....</b>	<b>32</b>
BF5 / BF7 – Bewegen an Geräten – Turnen / Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (1. Mannschaftsspiele (FB, BB, HB, VB, Hockey), 2. Kurs wählt aus Partnerspiel, Alternatives Sportspiel und Spiel aus einem anderen Kulturkreis).....	32
Thema: Den Boden und das Reck vielfältig nutzen.....	32

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Spotspiele BF 7</b>	<b>e</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>1</b>
<p><b><i>Thema: Wir agieren in der Kleingruppe – Individual- und gruppentaktisches Verhalten beim elementarisierten Handballspiel</i></b></p> <p>Grundtechniken des Handballspiels (Wiederholung)</p> <p>Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele / Handball</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individueltaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (BF/SB 3)	d, f	11	8	2
<p><b>Thema: Ich mache mich fit! – Trainieren für den Schulgesundheitslauf</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistische Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder d, f: Leistung, Gesundheit</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation, Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch, sozial) erläutern.</li> <li>• allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern.</li> <li>• Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.</li> <li>• einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.</li> <li>• ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Bewegen im Wasser - Schwimmen (BF/SB 4)</b>	<b>A</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>3</b>
<p><b>Thema: Was ist beim Rückenschwimmen anders? – Rückenschwimmen unter wettkampfspezifischen Bedingungen ausführen</b></p> <p>Inhaltlicher Kerne: Sportschwimmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</li> </ul> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.</li> <li>• Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Bewegen im Wasser - Schwimmen (BF/SB 4)</b>	<b>A</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>3</b>
<p><b>Thema: Wer traut sich? - Sprünge aus unterschiedlichen Höhen ins Wasser bewältigen</b></p> <p>Inhaltlicher Kerne: Sportschwimmen:</p> <p>Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.</li> <li>• Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	F	11	8	5
<p><b>Thema: Hüpfen mal stylisch – Mit einem Handgerät eine Choreografie gestalten</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Gymnastik</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Handgerät nutzen (z.B. Rope-Skipping (Seil), Ballkorobics (Ball), Tae Bo (Pratzen), Stepaerobic (Step), Gamble Jump (Gummitwist))</li> </ul> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Gruppenchoreografie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)	A	11	8	6
<p><b>Thema: Den Boden vielfältig nutzen – Anwendung und Beurteilung verschiedener methodischer Wege zum Erlernen und Verbessern turnerischer Elemente am Boden<sup>1</sup></b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.</li> <li>• Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen</li> </ul> <p><i>Wie in der Einleitung erläutert, ergibt sich durch die teilweise große Heterogenität zwischen den turnerischen Vorerfahrungen der SuS, die bereits in der SI die WBS besuchten und denjenigen SuS, die von anderen Schulen an die Oberstufe der WBS wechseln, die Notwendigkeit eines stark differenzierenden Unterrichts, der in dem Bewegungsfeld zunächst auch den nachträglichen Erwerb von Basisfertigkeiten am Boden ermöglicht.</i></p>				



Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (BF/SB8)</b>	<b>E</b>	<b>11</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<p>Thema: Mehr als nur „Asphaltsurfen“ - Spiel- und Wettkampfformen auf dem Waveboard kooperativ erschließen</p> <p>Inhaltlicher Kern: Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren)</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.</li> <li>• in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegunghandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) Badminton	E	11	6	8
<p><b>Thema: Wir spielen mit- und Gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Doppelspiel / Mixed technisch und taktisch lösen</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Partnerspiele / Badminton Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</li> </ul>				

## Q1.1 Kursprofil 1

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	F	12.1	10	1.1

### ***Thema: Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts***

Inhaltlicher Kern:

Gymnastik

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät (z.B. Rope-Skipping (Seil), Ballkorobics (Ball), Tae Bo (Pratzen), Stepaerobic (Step), Gamble Jump (Gummitwist)) unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.

Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperlichen Leistungsfähigkeiten erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

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

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechts-differenten Körperbildern beurteilen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) Partnerspiele (Badminton)</b>	E	12.1	10	2.1
<p><b><i>Thema: Wir spielen mit- und Gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Einzelspiel technisch und taktisch lösen</i></b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Einzel im Badminton</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• im Badminton (Einzel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen- koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.</li> <li>• im Badminton (Einzel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampfvregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7)</b>	<b>E</b>	<b>12.1</b>	<b>8</b>	<b>3.1</b>
<p><b>Thema: Flag Football – Erprobung einer amerikanischen Spielidee unter Akzentuierung der Einführung in individual- und gruppentaktische Möglichkeiten der offensiven und defensiven Spielgestaltung</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Flag Football</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beim Flag-Football grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch- kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.</li> <li>• Beim Flag-Football grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.</li> <li>• Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen</li> </ul>				

<b>Q1.1 Kursprofil 2</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)</b>	<b>A</b>	<b>12.1</b>	<b>10</b>	<b>1.2</b>
<p><b>Thema: Den Boden und das Reck vielfältig nutzen</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch- koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren.</li> <li>• Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> <li>• eine komplexe Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden präsentieren.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerecht anwenden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele, (BF/SB 7)</b>	<b>E, D</b>	<b>12.1</b>	<b>8</b>	<b>2.2</b>
<p><b>Thema: Festigung und Entwicklung technischer Grundlagen unter Berücksichtigung verschiedener Lernwege und Sozialformen</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Volleyball</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- u. Komplexübungen, spielgemäße Übungen und, Spielformen, MÜR: kennen lernen und reflektieren, verändern und entwickeln; Modelle und Prinzipien des Bewegungslernens, z.B. KAR-Model</li> </ul> <p>Inhaltsfeld e/d: Kooperation und Konkurrenz; Leistung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Einzel- u. Gruppenübungen zu verschiedenen technischen Aspekten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ihre technischen Fähigkeiten verbessern.</li> <li>• Übungsprozesse entwickeln, erläutern und darstellen</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiges Arbeiten in vorgegebenen Rahmenbedingungen (bewegungsbezogene Aufgabenstellungen, Leitungsaufgaben im Lern- und Übungsprozess.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsprozesse hinsichtlich ihres Nutzens beurteilen und sinnvoll einsetzen.</li> </ul>				

<b>Q1.1 Kursprofil 3</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)</b>	<b>F</b>	<b>12.1</b>	<b>10</b>	<b>1.3</b>
<p><b><i>Thema: Rope-Skipping – Gestaltung einer Bewegungskomposition unter Berücksichtigung des Gesundheitsaspekts</i></b></p> <p>Inhaltlicher Kern:</p> <p>Gymnastik</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät (z.B. Rope-Skipping (Seil), Ballkorobics (Ball), Tae Bo (Pratzen), Stepaerobic (Step), Gamble Jump (Gummitwist)) unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld f: Gesundheit</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperlichen Leistungsfähigkeiten erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechts-differenten Körperbildern beurteilen.</li> </ul>				



Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF1)	F	12.1	8	2.3

**Thema: „Wer rastet, der rostet“ - Entwicklung von Konzepten zur ganzheitlichen, funktionellen Körperkräftigung unter Berücksichtigung einer gesundheitsorientierten und -bewussten Auseinandersetzung**

Inhaltlicher Kern:

funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Halteschulung

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden
- unterschiedliche Dehnmethode(n) (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching, Movement Präparation) unter Berücksichtigung differenzierter und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden

Inhaltsfeld d/f: Leistung/ Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation/ Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (z.B. Trainingsarten)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (z.B. Zusammenspiel von Muskeln und Belastung)

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Übungen und Programme (z.B. zu bestimmten Muskelgruppen) im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen.

## Q1.1 Kursprofil 4

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik, (BF/SB 3)	D, F	12.1	8	1.4

**Thema: Entwicklung der wettkampfspezifischen Ausdauer unter Berücksichtigung individueller Leistungsvoraussetzungen.**

Inhaltlicher Kern: Test- u. Trainingsmethoden zur Ausdauer; Spielformen zur Ausdauer

Die Schülerinnen und Schüler können

- Grundlagen der Trainingslehre (Vertiefung), Ausdauerformen und Trainingsmethoden; physiologische Aspekte zur individuellen Ausdauerverbesserung einsetzen.

Inhaltsfeld d/f: Methoden zur Leistungssteigerung; Aspekte der Gesundheitsförderung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Ausdauerschulung, Ausdauerlaufen.

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Test- u. Trainingsmethoden zur Ausdauerverbesserung anwenden,
- Spielformen zur Ausdauer entwickeln und anwenden.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- In Kleingruppen mit gruppenbezogenen Zielen (Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken) arbeiten.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Methoden zur Leistungssteigerung individuell auf ihre Sinnhaftigkeit überprüfen und anwenden.
- Laufen als lebenslange gesundheitsfördernde Maßnahme erkennen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) Kurs wählt	E, A	12.1	6	2.4
<p><b>Thema: „Wenn Hockey einfach wäre, würde es Fußball heißen“ - Unihockey als Anlass zur Erweiterung von Bewegungserfahrungen mit dem Ziel der Förderung der spieltechnischen wie auch spieltaktischen Spielfähigkeit</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beim Unihockey grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch- kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.</li> <li>• Beim Unihockey grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder: e/ a: Kooperation und Konkurrenz/ Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Schulung spezifischer Wahrnehmungs-, Handlungs- und Bewegungsmuster einschließlich der technischen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben</li> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern</li> </ul> <p>Methodenkompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden</li> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.</li> <li>• Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen</li> </ul>				

## Q1.2 Kursprofil 1

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	B	12.2	10	4.1

### Thema: HIP HOP

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- 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 b: Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) Partnerspiele (Badminton)</b>	E	12.2	10	5.1

***Thema: Wir spielen mit- und Gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Doppelspiel technisch und taktisch lösen***

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Doppel im Badminton

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- im Badminton(Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen- koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Im Badminton (Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfelder e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<b>Q1.2 Kursprofil 2</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Bewegen an Geräten – Turnen (BF 5)</b>	<b>C</b>	<b>12.2</b>	<b>10</b>	<b>3.2</b>
<p><b>Thema: Le Parcour</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch- koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren.</li> <li>• Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> <li>• eine komplexe Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normungebunden präsentieren. an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.</li> </ul>				

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
<b>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) Partnerspiele (Volleyball)</b>	E	12.2	10	6.1

***Thema: Entwicklung und Vertiefung taktischen Handelns unter besonderer Berücksichtigung von Regeländerungen***

Inhaltlicher Kern: Volleyball

Die Schülerinnen und Schüler können

- Arten der Taktik erkennen und erläutern; Methodik der Taktikvermittlung anwenden

Inhaltsfeld e/d: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Übungen und Spielformen zu grundlegenden taktischen Merkmalen in den Kursportarten

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Ihre taktischen Fähigkeiten verbessern.
- Übungsprozesse entwickeln, erläutern und darstellen
- Regeln anwenden

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- In Kleingruppen mit gruppenbezogenen Zielen arbeiten.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Beurteilen wie sich taktische Veränderung auf das Spiel auswirken.
- Regeln situativ hinterfragen

<b>Q1.2 Kursprofil 3</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)</b>	<b>B</b>	<b>12.2</b>	<b>10</b>	<b>4.1</b>
<p><b>Thema: HIP HOP</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Tanz</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</li> </ul>				



Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF 1)	A, E	12.2	6	4.3
<p><b>Thema: Jump with Style – Selbstständige Entwicklung einer Kleingruppen-Choreografie zum „Jumpstyle“ als Anlass zur Erweiterung gestalterischer Fähigkeiten und Förderung selbstständiger, kooperativer Arbeitsweisen</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Tanz</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig eine Gruppenchorografie zu dem zeitgemäßen Tanzstil „Jumpstyle“ unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) entwickeln und in einer Kleingruppe präsentieren (MKR 1.2).</li> </ul> <p>Inhaltsfeld a/b/e: Bewegungslernen, Bewegungsgestaltung, Kooperation</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen zum „Jumpstyle“ anhand von Indikatoren erläutern.</li> <li>• bewegungsbezogene Aufgabenstellungen durch Erproben und Experimentieren lösen sowie Aufstellungsformen, Raumwege und Synchronität strukturiert schematisch darstellen.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Gruppenchoreographie kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren rückmelden und mit Hilfe digitaler Medien beurteilen. (MKR 1.2)</li> </ul>				

## Q1.2 Kursprofil 4

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Inhaltsfeld leitend /ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs (Std.)	Laufende Nr. des UVs
Den Körper wahrnehmen- Laufen, Springen, Werfen, (BF 3)	F, D	12.2	8	3.4

**Thema: Verbesserung der Fitness (Kraft und Ausdauer) unter Berücksichtigung individueller Leistungsvoraussetzungen und von Aspekten einer gesunden Lebensführung**

Inhaltlicher Kern: Ausdauer- und Krafttraining, weitere Überprüfungsform Ausdauer, Sportabzeichen

Die Schülerinnen und Schüler können

- Verfahren zur Bestimmung der Fitness, Kraftarten und Belastungsnormative im Krafttraining erproben,
- Individuelle Trainingsplanung gestalten,
- gesundheitliche Aspekte von Fitnesstraining erkennen (z.B. Salutogenese Konzept) (MKR 5.3)

Inhaltsfeld f/d: Aspekte der Gesundheitsförderung; Methoden zur Leistungssteigerung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Test- und Trainingsmethoden für Ausdauer- u. Krafttraining, Individuelle Trainingsplanung in weiteren Bewegungsfeldern.

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Test- u. Trainingsmethoden zur Ausdauerverbesserung anwenden,
- Spielformen zur Ausdauer entwickeln und anwenden.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- „Fitness-Portfolio“: Analyse des eigenen Leistungsstandes, Entwicklung eines Trainingsziels und eines Trainingsplans.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Ihre eigenen Leistungsfähigkeit auf gesundes und lebenslanges Sporttreiben überprüfen, anwenden und gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritische beurteilen .

<b>Q2.1 Kursprofil 1</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele , (BF/SB 7)</b>	<b>E, D</b>	<b>12.1</b>	<b>8</b>	<b>2.2</b>
<p><b>Thema: Festigung und Entwicklung technischer Grundlagen unter Berücksichtigung verschiedener Lernwege und Sozialformen</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Volleyball</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- u. Komplexübungen, spielgemäße Übungen und, Spielformen, MÜR: kennen lernen und reflektieren, verändern und entwickeln; Modelle und Prinzipien des Bewegungslernens, z.B. KAR-Model</li> </ul> <p>Inhaltsfeld e/d: Kooperation und Konkurrenz; Leistung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Einzel- u. Gruppenübungen zu verschiedenen technischen Aspekten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ihre technischen Fähigkeiten verbessern.</li> <li>• Übungsprozesse entwickeln, erläutern und darstellen</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiges Arbeiten in vorgegebenen Rahmenbedingungen (bewegungsbezogene Aufgabenstellungen, Leitungsaufgaben im Lern- und Übungsprozess.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsprozesse hinsichtlich ihres Nutzens beurteilen und sinnvoll einsetzen.</li> </ul>				

<b>Q2.1 Kursprofil 2</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF1)</b>	<b>F</b>	<b>12.1</b>	<b>8</b>	<b>2.3</b>
<p><b><i>Thema: „Wer rastet, der rostet“ - Entwicklung von Konzepten zur ganzheitlichen, funktionellen Körperkräftigung unter Berücksichtigung einer gesundheitsorientierten und -bewussten Auseinandersetzung</i></b></p> <p>Inhaltlicher Kern:</p> <p>funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Halteschulung</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden</li> <li>• unterschiedliche Dehnmethode(n) (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching, Movement Präparation) unter Berücksichtigung differenzierter und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden</li> </ul> <p>Inhaltsfeld d/f: Leistung/ Gesundheit</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation/ Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern</li> <li>• zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (z.B. Trainingsarten)</li> <li>• physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (z.B. Zusammenspiel von Muskeln und Belastung)</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen und Programme (z.B. zu bestimmten Muskelgruppen) im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.</li> <li>• Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern beurteilen.</li> </ul>				

<b>Q2.1 Kursprofil 3</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)</b>	<b>B</b>	<b>12.2</b>	<b>10</b>	<b>4.1</b>
<p><b>Thema: HIP HOP</b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Tanz</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.</li> </ul> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</li> </ul>				

<b>Q2.1 Kursprofil 4</b>				
<b>Bewegungsfeld/ Sportbereich</b>	<b>Inhaltsfeld leitend /ergänzend</b>	<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Dauer des UVs (Std.)</b>	<b>Laufende Nr. des UVs</b>
<b>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) Partnerspiele (Badminton)</b>	<b>E</b>	<b>12.2</b>	<b>10</b>	<b>5.1</b>
<p><b><i>Thema: Wir spielen mit- und Gegeneinander – Komplexe Spielsituationen des Badmintons im Doppelspiel technisch und taktisch lösen</i></b></p> <p>Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Doppel im Badminton</p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• im Badminton (Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen- koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.</li> <li>• Im Badminton (Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.</li> </ul> <p>Inhaltsfelder e: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.</li> </ul> <p>Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.</li> </ul> <p>Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.</li> </ul>				

## 2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

Die Fachkonferenz der Willy Brandt Schule hat die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen. In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 auf fächerübergreifende Aspekte, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

### Überfachliche Grundsätze:

- Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.

### Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht an der Willy-Brandt-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 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 Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

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 werden nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

### **3 Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept**

Die Fachkonferenz der Willy-Brandt-Schule hat ein Konzept zur Leistungsbewertung auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport NRW erstellt, in welchem festgelegt ist, welche Grundsätze und Formen der Leistungsmessung und Leistungsbewertung verbindlich in den jeweiligen Jahrgangsstufen gelten bzw. zu erbringen sind. Sie stellt dadurch die Vergleichbarkeit der Anforderungen innerhalb einzelner Jahrgangsstufen und Schulstufen sicher.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen, an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen und jeweils ausgewiesenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens.

#### **Grundsätze der Notenbildung**

Die Fachkonferenz Sport der Willy-Brandt-Schule einigt sich auf folgende Grundsätze der Notenbildung:

Die Leistungsbewertung erfolgt in einem kontinuierlichen Prozess, bezieht sich auf alle Unterrichtsvorhaben und berücksichtigt alle Formen und Grundsätze der Leistungsbewertung in einem angemessenen Rahmen. Unverschuldete Unterrichtsausfälle werden bei der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport - wie z. B. leistungssportliches Engagement, die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer, zu Schülermentorinnen und -mentoren sowie ehrenamtliche Tätigkeiten - werden verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden. Der Erwerb von Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen wird im Zeugnis vermerkt.

#### **Leistungsbewertung**

Das Fach Sport ist in der Oberstufe der Willy-Brandt-Schule nicht als Leistungskurs oder Abiturfach wählbar. Daher beschränkt sich die Leistungsbewertung auf den Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht/Sonstige Mitarbeit“.

Die Zeugnisnote stellt dabei das Ergebnis einer pädagogischen Gesamtbeurteilung aus motorischen, sozialen und kognitiven Komponenten unter besonderer Berücksichtigung der im Kernlehrplan formulierten Kompetenzerwartungen dar. Von zentraler Bedeutung für das Fach Sport ist die motorische Dimension. Diese umfasst sowohl punktuelle Leistungen, die jeweils den aktuellen Leistungsstand der Schülerin/des Schülers (Lernergebnis) abbilden, als auch ergänzende Leistungen, die in einem längeren Zeitraum (Lernprozess) erbracht werden. Je nach

leitender pädagogischer Perspektive des Unterrichtsvorhabens muss die Leistung in den drei Dimensionen entsprechend beurteilt und gewichtet werden. Beispiel: Wenn ein unterrichtlicher Schwerpunkt, wie zum



Beispiel „Klettern“ mit der pädagogischen Perspektive C (Etwas wagen und verantworten) gewählt wurde, muss die soziale Dimension bei der Leistungsbeurteilung in besonderem Maße (60%) berücksichtigt werden. Sollte die Perspektive D (Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen) der Unterrichtsschwerpunkt sein (z.B. Leichtathletik), steht die motorische Dimension mit

60% im Vordergrund. Die individuelle Leistungssteigerung unter motorischen und sozialen Aspekten soll dabei jeweils zur Hälfte in die Beurteilung einfließen (siehe Seite 2).

*Beurteilungskriterien unter Einbeziehung der pädagogischen Perspektiven:*

A Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

B Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

C Etwas wagen und verantworten

D Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen E Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen

F Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

	60% <sup>1)</sup>	20%	20%
	<b>Motorische Leistungen</b>	<b>Soziale Kompetenz</b>	<b>Kognitive Fähigkeiten</b>
50%	Weiten, Zeiten, Höhen (D, E) Bewegungsqualität (B, D, F) Spielerfolg, Effizienz (D) Kreativität, Gestaltung von Bewegungen (A, B) Ausdrucksqualität (B) Sportliche Vielseitigkeit (A, B, C, D, E, F) Lernfähigkeit und -bereitschaft in Bezug auf neue Fertigkeiten (A, C, D, E, F)	Kooperationsfähigkeit und-Bereitschaft, Engagement (B, C, E) Gruppenarbeit, Teamfähigkeit, Verantwortung (A, B, C, D, E, F) Hilfsbereitschaft, Zuverlässigkeit, Selbständigkeit (A, B, C, D, E, F) Integration schwächerer Schüler, Anerkennung stärkerer Schüler (B, C, D, E) Fairness im Spiel, Einhaltung von Regeln (D, E) Fähigkeit und Bereitschaft zur umsichtigen, gewaltfreien Konfliktlösung (E)	Kenntnisse von Regeln des Sports und von grundlegenden Trainingsformen (D, E, F) Fähigkeit zur Beschreibung von Bewegungen (A, B, D, F) Kenntnisse von hygienischen Maßnahmen und von gesundheitsfördernden und gesundheitsschädlichen Verhaltensweisen im Sport (F) Theoretische Kenntnisse und praktische Umsetzung von taktischen Verhaltensweisen und Organisationsformen des Sports (D, E) Fähigkeit der Einschätzung von sportlichen Leistungen anderer
50%	<b>Individueller Leistungszuwachs</b>		

#### 4 Qualitätssicherung und Evaluation

Die FK Sport evaluiert ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Sie schreibt darüber hinaus jeweils zu Beginn jeden Schuljahres ihren Arbeitsplan fort.

Die FK evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor. Sie über-prüft die Unterrichtsarbeit mit Hilfe verschiedenen geeigneten fachdidaktischen Feedbackmethoden (z.B. Zielscheibendiagramm, Daumenprüfung, Plenumsgespräch). Dazu vereinbart sie jeweils zu Beginn des Jahres die Schwer-punkte der Unterricht.

## 5. Konzept zur Leistungsbeurteilung im Fach Sport Willy-Brandt-Schule Mülheim

### 1. Grundsätze der Leistungsbewertung

Allgemeine überfachliche Regelungen finden sich im allgemeinen Konzept zur Leistungsbewertung der WBS (siehe Schulprogramm, Homepage). Bezogen auf das Fach Sport hat die Fachkonferenz die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen.

Nur im Unterricht erbrachte Leistungen können bewertet werden. Hierbei sind die sozialen, körperlich und emotionalen Anlagen und Voraussetzungen für Bewegung, Spiel und Sport sowie schulische Vorerfahrungen zu berücksichtigen. Unter Beachtung des differenziert verstandenen Leistungsverständnisses und der Lernausgangslage sind die individuellen Lernfortschritte und die Leistungsbereitschaft zu bewerten. An der Willy-Brandt-Schule werden zur Leistungsbewertung folgendem Grundsätze beachtet:

- Nur was gelernt wurde, kann auch zensiert werden. Aber nicht alles, was gelehrt wurde, muss auch zensiert werden
- Zensiere so wenig wie möglich und so viel wie nötig
- Kontrolliere ständig, bewerte vieles, zensiere das Wesentliche
- Die Notengebung darf nicht den Intentionen (v. a. den Pädagogischen Perspektiven) des Sportunterrichts zuwiderlaufen.
- Der Lehrer erweitert seine Beurteilungskriterien, auch über den motorischen Kompetenzbereich hinaus, macht sie transparent und überprüft diese kritisch immer wieder gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern
- Der Lehrer sollte die Schüler und Schülerinnen an einer lernfordernden Bewertung beteiligen
- Notenrelevante intersubjektive Vergleiche von oder durch Schüler und Schülerinnen sind zu vermeiden
- Notengebung erfolgt unterrichtsbegleitend und durch punktuelle Überprüfungen
- Den Schülerinnen und Schülern können Entscheidungsfreiräume und Mitbestimmungsmöglichkeiten bei den Prüfungsinhalten und Prüfungsverfahren eingeräumt werden
- Zur größeren Notentransparenz ist es sinnvoll, den Schülern eine exakte Definition der Noten „sehr gut“ und „ausreichend“ zu geben.

1 Pädagogische Grundlage der Leistungsbewertung im Sport Die im Doppelauftrag der Richtlinien und Lehrpläne angelegte pädagogische Leitidee eines erziehenden Schulsports ist Grundlage für die Leistungsbewertung im Sportunterricht. Erbrachte Leistungen werden unter Beachtung Pädagogischer Perspektiven und der Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts eingeschätzt und bewertet.

#### 1.2 Leistungsbegriff

Es ist von einem differenzierten Leistungsbegriff auszugehen, der die vielfältigen Aspekte von Leistung im Sportunterricht berücksichtigt. Das Ziel der individuellen Entwicklungsforderung und der Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur erfordert die Bewertung von personalen, sozialen und sachbezogenen Aspekten. Je nach der/den in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben akzentuierten Pädagogischen Perspektive(n) rückt der entsprechende Aspekt in den Vordergrund. Im erziehenden Schulsport umfasst der Leistungsbegriff neben der individuellen Entwicklungsforderung auch die Bereitschaft, Sport verantwortungsvoll für sich und für andere mitzugestalten. Die einzelnen Aspekte der Leistung stehen häufig in Wechselwirkung zueinander. So eröffnen beispielsweise gute sportliche Fähigkeiten und Fertigkeiten die Möglichkeit, Mitschülerinnen und Mitschüler zu unterstützen und damit personale und soziale Kompetenzen zu entwickeln. Umgekehrt können Mitschülerinnen und Mitschülern durch Hilfs- und Verantwortungsbereitschaft Wege zu neuen Bewegungserfahrungen ermöglicht werden.

### 1.3 Transparenz

In Absprache mit den Schülerinnen und Schülern wird vorab festgelegt, welche Pädagogische Perspektiven und welche Prinzipien erziehenden Unterrichts bedeutsam für das Unterrichtsvorhaben sind. Entsprechend dieser Festlegung erfolgt eine Schwerpunktsetzung bei den Leistungsdimensionen. Leistungserwartungen und Selbsteinschätzungen der Schülerinnen und Schüler werden kontinuierlich mit den Erwartungen der Lehrkräfte abgeglichen und dadurch transparent gemacht. Die Transparenz kann z.B. durch Gespräche und pädagogische Protokolle sichergestellt werden.

### 2. Bereiche und Gegenstände der Beurteilung

Grundsätzlich werden erbrachte Leistungen auf der Grundlage transparenter Ziele und Kriterien in allen Kompetenzbereichen (Bewegung- und Wahrnehmungskompetenz, Sachkompetenz, Methoden- und Urteilskompetenz) benotet.

Sie werden den Schülerinnen und Schülern kontinuierlich mit Bezug auf diese Kriterien rückgemeldet und erläutert. Die individuelle Rückmeldung erfolgt stärkenorientiert und nicht defizitorientiert, sie soll dabei den tatsächlich erreichten Leistungsstand weder beschönigen noch abwerten. Sie soll stets Hilfen und Absprachen zu realistischen Möglichkeiten der weiteren Entwicklung enthalten. Da an der WBS keine schriftlichen Arbeiten im Fach Sport vorgesehen sind (z. B. als P4), bezieht sich die Gesamtbeurteilung auf den Bereich der Sonstigen Mitarbeit.

Die Leistungsbewertung im Fach Sport in der Sekundarstufe I und Sekundarstufe II erfolgt unter Berücksichtigung folgender Kriterien:

- Absolute Leistungen einer Sportart/ Disziplin oder Technik (z.B. durch punktuelle Überprüfungsformen, Demonstrationen, motorische Tests oder unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen)
- Lernerfolg und Verbesserung, d.h. auch die Progression
- Einsatzbereitschaft
- Beiträge zur Unterrichtsgestaltung, Mitarbeit an Projekten
- Hausaufgaben, schriftliche Übungen, Referate, Protokolle
- Sozialverhalten wie Fairness/ Kooperationsfähigkeit und Tolerierung von Leistungsunterschieden
- Beteiligung am Unterrichtsgespräch
- Regelkenntnisse, Spielverständnis für Individual- und Mannschaftstaktik, Verständnis für Trainings- und Bewegungsphänomene

Auch individuelle Parameter wie Körpergröße oder Erkrankungen sowie gegebenenfalls schriftliche Überprüfungen und angefertigt Protokolle werden in der Notengebung berücksichtigt.

Die Gewichtung der einzelnen Kriterien hängt von der leitenden Pädagogische Perspektive und daraus resultierenden Akzentuierung des Unterrichtsvorhabens ab. Den Schülern sind die Bewertungskriterien zu Beginn eines Schuljahres / Halbjahres mitzuteilen.

### 2.1 Verhaltensweisen

In diesem Abschnitt wird beispielhaft dargestellt, welche Verhaltensweisen der Schülerinnen und Schüler unter den einzelnen pädagogischen Perspektiven auftreten können. Diese Verhaltensweisen werden zur Leistungsbeurteilung herangezogen. Verhaltensweisen, die unter allen Perspektiven sichtbar werden, sind:

- Bewegungskönnen zeigen sich auf Unterrichtssituationen einlassen
- Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
- Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern
- Sportmotorische Kompetenzen = praktische Leistungen (z.B. Techniken, Taktiken, Gestaltung, sportmotorische Tests)
- Mitwirkung an Organisation des Sportunterrichts insgesamt
- Anstrengungsbereitschaft Sozialverhalten
- Beteiligung an reflektierter Praxis + Problemaufriss zu Beginn der Stunde

Verhaltensweisen die in den einzelnen pädagogischen Perspektiven sichtbar werden:

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten-(B)

- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeit zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D):

- Fehler erkennen und korrigieren konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen taktische Fähigkeiten nachweisen
- in Leistungssituationen Einsatz zeigen
- beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (E):
- Absprachen mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- bzw. Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- fair handeln – über das bloße Einhalten von Regeln hinaus Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F):
- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen
- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln

## 2.2 Checkliste zur Beurteilung nach Kompetenzen

Im Folgenden findet sich eine Checkliste für Schüler und Lehrer, die die Kriterien der Notengebung getrennt nach Kompetenzen aufzeigt und zur Transparenz und Vermeidung von Missverständnissen bei der Notengebung beitragen kann.

Bereiche der Notengebung	Typische Anforderungssituationen
<p><b>Können</b></p> <p>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</p> <p><b>und</b></p> <p><b>Wissen</b></p> <p>Sachkompetenz Methodenkompetenz Urteilskompetenz</p>	<p><b>Wie gut beherrsche ich den Bewegungs-/Lernbereich insgesamt?</b></p> <p>Ich zeige, dass ich sowohl <u>punktuell</u>, als auch <u>unterrichtsbegleitend</u> die notwendigen konditionellen / technischen / taktischen Fähigkeiten/Fertigkeiten demonstrieren und anwenden kann</p> <p><b>Bringe ich mein Wissen in allen Unterrichtsphasen – auch auf der Grundlage gezielter Vor- und Nachbereitung - ein?</b></p> <p>Ich arbeite bei Problemfindungen, Erarbeitungen, Gesprächen/ Reflektionen, Auswertungen, Anwendungen, Ausblicken/ Zusammenfassungen etc. aktiv und konstruktiv mit</p> <p>Ich zeige mein Fachwissen ggf. auch bei schriftlichen Übungen zur Lernerfolgskontrolle</p>
<p><b>Kooperation und Fairplay</b></p>	<p><b>Kooperiere ich zielführend und konstruktiv mit meinen MitschülerInnen und der Lehrkraft?</b></p> <p>Ich helfe engagiert bei Auf- und Abbau sowie bei der Organisation in der Sporthalle</p> <p>Ich zeige „Teamgeist“, d.h. ich arbeite in unterschiedlichen Gruppenkonstellationen konstruktiv mit, schließe andere nicht aus</p> <p>Ich zeige Fairness, d.h. ich halte mich an Regeln, gönne anderen den Sieg</p> <p>Ich nehme von MitschülerInnen und der Lehrkraft Hilfe und konstruktive Kritik an</p> <p>Ich gebe den anderen konstruktives Feedback und Hilfe</p>
<p><b>Selbstorganisation und Motivation</b></p>	<p><b>Bin ich zuverlässig und zeige ich Engagement?</b></p> <p>Ich halte mich an die gesetzten Rahmenbedingungen des Sportunterrichts meiner Schule (z.B. Pünktlichkeit, vollständige Ausrüstung, regelmäßige aktive Teilnahme);</p> <p>Ich bin bereit, mich auf Neues einzulassen und auszuprobieren</p> <p>Ich übe konzentriert und strenge mich an</p> <p>Ich arbeite an meinen eigenen Schwächen und versuche sie zu überwinden, indem ich mich im Rahmen meiner Möglichkeiten sowohl praktisch als auch theoretisch bestmöglich einbringe und verbessere</p>

## Bereiche      Typische Anforderungen

### Sozialkompetenz

- Hilfe ich bei Auf- und Abbau?
- Habe ich „Teamgeist“, d.h. lasse ich mich ohne Meckern einer Mannschaft zuteilen und schließe andere nicht aus?
- Bin ich fair, d.h. halte ich mich an Regeln, gönne ich anderen den Sieg?
- Nehme ich Hilfe an?
- Gebe ich selbst Hilfestellung
- Arbeite ich produktiv in der Gruppe?
- Bin ich zuverlässig?

(Pünktlichkeit, vollständige Sportkleidung, regelmäßige aktive Teilnahme)

- Bin ich bereit Neues auszuprobieren?

### Personalkompetenz

- Übe ich konzentriert?
- Strengere ich mich an?
- Kann ich eigene Schwächen erkennen und überwinden, zeige ich Lernzuwachs?
- Bin ich bereit selbstständig mitzuwirken?
- Arbeite ich verantwortungsvoll?
- Bin ich zu Kommunikation bereit?
- Wie gut beherrsche ich den Bewegungs-/Lernbereich?
- Zeige ich mein theoretisches Wissen in Unterrichtsgesprächen (z.

### Sachkompetenz

- bei Bewegungsbeschreibungen)
- Habe ich die notwendigen konditionellen / technischen /

taktischen Fähigkeiten/Fertigkeiten?

- Regelkenntnisse

### 3. Allgemeines

Die beiden Schulhalbjahre werden getrennt voneinander betrachtet. Es erfolgt grundsätzlich immer eine individuelle Förderung und Forderung, da z. B. Korrekturen und Leistungsbewertungen nur individuell erfolgen können. Zudem spielt die Betrachtung der individuellen Progression (unterrichtsbegleitende Leistungsbewertung) eine große Rolle.

#### 3.1. Möglichkeiten der Schülermitbeurteilung

Eine Bewertung von Verhalten und Leistungen nehmen Schülerinnen und Schüler und Lehrerinnen und Lehrer im Sportunterricht ständig vor. Diese im Sportunterricht enthaltenen Selbstbewertungsprozesse können auch Thema eines Unterrichtsvorhabens werden. In einem solchen Vorhaben gilt es diese Aspekte aufzugreifen und pädagogisch für die Entwicklung des Einzelnen nutzbar zu machen. Schülerinnen und Schüler sollen selbst Rechenschaft und gegenseitige Rückmeldung über ihr soziales Engagement und ihr sportliches Verhalten geben. Unter diesem Aspekt werden Bekanntgaben, Absprachen oder die gemeinsame Erarbeitung von Kriterien für die Zensierung notwendig. Schülerinnen und Schüler sollen die Kriterien kennen und evtl. selbst entwickeln. Dadurch wird der Übungsprozess zielgerichteter und die Schüler können eine reale Selbsteinschätzung gewinnen.

Ein solches Vorhaben lässt sich vor allem in Bereichen, in denen die Schülerinnen und Schüler in Gruppen eigene Vorführungen (Tanz, Akrobatik, Turnen o.a.) entwickeln konkretisieren.

Die Kriterien zur Beurteilung werden von Schülern und Lehrer gemeinsam entwickelt und daraufhin wird ein Bewertungsbogen erstellt.

Beispiele:

Möglicher allgemeiner Bewertungsbogen für Schüler:

- Lernprotokoll eines Schülers, das vom Lehrer zur Leistungsbeurteilung herangezogen werden kann (entstanden während einer gegenseitigen Schülerbewertung begleitend zu einem Unterrichtsvorhaben)
- Verbesserung der sportlichen Leistung unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzung
- Lernbereitschaft (Bereitwilligkeit, sich auf Anforderungen einzulassen)
- Selbstständigkeit (eigenständiges Bewältigen von Aufgaben)
- Zuverlässigkeit (eigenverantwortliche Erledigung von Aufgaben)

Hervorragende motorische Leistungen beim UV „Auf und über etwas springen“ beim UV „Tänze kennen lernen und variieren“ er unter seinen Möglichkeiten geblieben (hier kaum persönliche Lernfortschritte), insgesamt aber hat er seine Bewegungserfahrungen erweitert. Hat Probleme bei neuen und für ihn unbekanntem Inhalten, zeigt dann oft Verweigerungshaltung, besonders bei UV „Kämpfen nach Regeln“, wenn er ermutigt wird, lässt er sich besser motivieren. Musste bei den UVs, bei denen die Inhalte nicht seinen Interessen entsprachen, oft angeleitet und betreut werden, es gelang ihm dann jedoch immer mehr, Selbsttätigkeit bei offenen Bewegungsaufgaben zu zeigen (UV zum Springen). Hat nur selten freiwillig, oh nur nach Aufforderung beim Auf- und Abbau geholfen, hat sich auf die Betreuung einer kleinen Spielgruppe gut vorbereitet.

Möglicher Bewertungsbogen Bewegungsfeld Tanzen / Gestalten (hier Ballkorobics) in Bezug auf ausgewählte Ausführungs- und Gestaltungskriterien:

Kriterium	Beobachtungsschwerpunkte			
„Vollständigkeit“	• Mind. 5 Grundschrte a 16 Zählzeiten			
	• Mind. 4 Arm-/Ballbewegungen			
Stimmige Auswahl der Gestaltungsprinzipien	<b>Formaler Aufbau</b>			
	• Anfang und Schluss			
	• Ballwechsel / Partnerbezug			
	• <b>Raumformationen</b> mind. 3 verschiedene			
	• Präsenz auf der Bühne			
	• Dynamik			
	• Kreativität / Originalität			

Individualnoten

Name	Bewegungskönnen	Präzision Schritte	Präzision Arm-/Ballbewegung	Körperhaltung



## Partnerbeobachtung und -feedback zum Absprung



Name: \_\_\_\_\_

1. Partner A beginnt mit dem Springen; Partner B sucht sich eine gute Position zum Beobachten (ggfs. hoher Kasten) und füllt die jeweilige Spalte aus, in der etwas Gelungenes und/oder ein Fehler zu erkennen ist
2. Partner A gibt Partner B nach jedem Sprung einen Tipp (nenne den Fehler und korrigiere diesen): Nenne bitte nur den gravierendsten Fehler; dein Partner probiert den erhaltenen Tipp im nächsten Sprung umzusetzen, ...
3. Nach mind. 4 Sprüngen bzw. nach dem Pfiff tauscht ihr eure Rollen



Bewegungsmerkmal	Gelungenes	Fehler	Tipp
Absprung im <b>ersten Drittel</b> der Hochsprunglatte			
<b>einbeiniger</b> Absprung mit <b>lattenfernem</b> Bein			
<b>Beugung</b> und danach explosive <b>Streckung</b> des <b>Sprungbeins</b>			
Einsatz des <b>Schwungbeins</b> nach <b>oben-innen</b> (von Matte weg)			
aktiver <b>Armeinsatz</b>			

### 3.2. Bewertungsmöglichkeiten beim Distanzlernen

Grundvoraussetzung beim Bewerten von sportlichen Leistungen beim Distanzlernen, ist die Einverständniserklärung von den Erziehungsberechtigten, damit die Datenschutzbestimmungen stets eingehalten werden können.

Neben dem Anfertigen von Referaten, bzw. schriftlichen Ausarbeitungen zu diversen sportlichen Themen, welche dann über die die Klassen-Teams online zur Bewertung abgegeben werden, können auch sportliche Leistungen bewertet werden.

Beispiel Turnen:

Aufgabe im Bodenturnen => Rolle vorwärts in den Stand. Den Schülerinnen und Schülern werden verschiedenen Videos mit der korrekten Ausführung inkl. einer schriftlichen Anleitung mit aufeinander folgenden Übungsschritten zur Verfügung gestellt. Innerhalb einer vorgegebenen Zeit werden die Schülerinnen und Schüler selbst gedrehte Filme ihrer „Rolle vorwärts in den Stand“ im jeweiligen Klassen-Team zur Bewertung hochladen.

Beispiel Ausdauersport / Laufen:

Durch die Verwendung von kostenfreien Apps (Komoot) können die Schülerinnen und Schüler vorgegebene Routen Laufen und diese auch aufzeichnen. Anschließend sollen sie ihre Strecken und Zeiten im jeweiligen Klassen-Team zur Bewertung bereitstellen.

Überprüfungen der Leistungsfähigkeit muss zwangsläufig im Präsenzunterricht erfolgen, um sicher zu stellen, dass die SuS auch selbst die Aufgaben erledigt haben. (Leistungsüberprüfung durch Lauftests – anschließend Vergleich mit den angegebenen Zeiten und Strecken der SuS)

## Fit während Corona

**Aufgabe:** In den kommenden Wochen sollt ihr weiter eure Ganzkörperspannung und Beweglichkeit, die für das Turnen notwendig sind, trainieren.

Sucht euch dafür von den **drei Videos der Kräftigungsübungen** jeweils **eins** aus und führt im Anschluss das **Video zum Dehnen** durch.

Achtet darauf, dass ihr euch vorher **warm macht**, um Verletzungen vorzubeugen. Dazu eignet sich:

- Seilspringen (wenn ihr im Erdgeschoss wohnt),
- auf der Stelle marschieren,
- joggen (auf der Stelle oder draußen),
- Knie hochziehen etc.
- Auch könnt ihr dieses Video zum Aufwärmen verwenden (<https://www.youtube.com/watch?v=ERdZqyorGfk>).

Das **Aufwärmen** sollte **5-10 Minuten** dauern.

Die Übungen sollt ihr immer an den Tagen durchführen, an denen ihr den Sportkurs hättet (gerne auch öfter).

In zwei Videos seht ihr unterschiedliche Ausführungsmöglichkeiten. Auch hier könnt ihr individuell schauen, welches Anforderungsniveau für euch besser passt.

### Kräftigungsübungen

1. <https://www.youtube.com/watch?v=PqogXpdxAU4> (etwas leichter für den Start)
2. <https://www.youtube.com/watch?v=7Av1kR5TnIA> (Yoga)
3. <https://www.youtube.com/watch?v=Dd4nivJ3uWE> (für Fortgeschrittene)

### Dehnen

<https://www.youtube.com/watch?v=rfHeddNTGSY>

Füllt im Anschluss das **Trainingstagebuch** (Seite 2) aus, welches ihr nach der Corona-Pause für mich zur Einsicht mitbringen sollt/ oder mir zusendet.

Viel Spaß dabei!

## Trainingstagebuch

Name:

Trainingswoche	Datum	Welches Workout (Video)	Bemerkung (Welche Form der Übungen/ Übungen ausgelassen/ abgekürzt/ verlängert etc.?)	Subjektive Belastung (nach Borg-Skala s.u.)
Woche 1				
Woche 2				
Woche 3				
Woche 4				

### Borg-Skala

Borg-Skala	Anstrengungsgrad
06	keine Anstrengung
07	extrem leicht
08	
09	sehr leicht
10	
11	recht leicht
12	
13	etwas anstrengender, aber du kannst das Tempo gut halten
14	
15	anstrengend, aber du musst noch nicht anhalten
16	
17	sehr anstrengend, sodass du in dem Tempo nur noch kurze Zeit weitermachen kannst
18	
19	extrem anstrengend, sodass du das Gefühl hast gleich anhalten zu müssen.
20	größtmögliche Anstrengung

Die Borgskala hilft bei der Einschätzung des individuellen Belastungsempfindens. Dieses kann zur Regulierung der Belastungsintensität bei Ausdauer- und Krafttraining verwendet werden.

Die Borgskala reicht von einer Einteilung Anstrengungsgraden von 6 bis 20. Diese sollen mit 10 multipliziert ungefähr dem Puls während der Belastung entsprechen.

Ein Anstrengungsgrad von 6 soll beispielsweise einem Puls von 60 und ein Anstrengungsgrad von 18 einem Puls von 180 entsprechen.

Vielleicht habt ihr eine Pulsuhr und könnt beides miteinander vergleichen?

**Tipp:** Für einen guten Trainingseffekt sollte euer Anstrengungsgrad zwischen 13 und 17 sein.

JÄGER, H. (2004). Das Anstrengungsempfinden. Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin 55 (11), S. 299-300.  
Meyer, J. (2017). Sport in der Gymnasialen Oberstufe (1. Aufl.). Aachen: Meyer & Meyer.

#### 4 Qualitätssicherung und Evaluation

Die FK Sport evaluiert ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Sie schreibt darüber hinaus jeweils zu Beginn jeden Schuljahres ihren **Arbeitsplan** fort.

Die FK evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor. Sie überprüft die Unterrichtsarbeit mit Hilfe verschiedenen geeigneten fachdidaktischen Methoden (z.B. Zielscheibendiagramm, Daumenprüfung, Plenumsgespräch). Dazu vereinbart sie jeweils zu Beginn des Jahres die Schwerpunkte der Unterricht- sowie Beobachtungsaspekte.