Schulinterner Lehrplan des Konrad-Heresbach-Gymnasiums Mettmann zum Kernlehrplan

**[Sport] – Sekundarstufe I (G9)**

Stand: 31.01.20

**Inhaltsverzeichnis**

[1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit 3](#_Toc31125205)

[1.1 Lage und Schülerschaft 3](#_Toc31125206)

[1.2 Pädagogische Aufgaben des Faches bzw. der Fachgruppe vor dem Hintergrund der schulischen Leitidee 3](#_Toc31125207)

[1.3 Besondere Schwerpunkte der unterrichtlich-fachlichen Arbeit 4](#_Toc31125208)

[1.4 Funktionsinhaber/innen der Fachgruppe 5](#_Toc31125209)

[2. Entscheidungen zum Unterricht 6](#_Toc31125210)

[2.1 Unterrichtsvorhaben 6](#_Toc31125211)

[2.1.1 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben 7](#_Toc31125212)

[2.2 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung (Leistungskonzept) 12](#_Toc31125213)

[2.3 Lehr- und Lernmittel 12](#_Toc31125214)

[3. Evaluation 12](#_Toc31125215)

# 1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

## 1.1 Lage und Schülerschaft

Das städt. Konrad-Heresbach-Gymnasium Mettmann (KHG) ist eines von zwei Gymnasien in der Stadt und liegt im städtischen Zentrum Mettmanns. Fußläufig sind Naherholungsgebiete und Wälder im Neandertal erreichbar. Sowohl die Stadtbibliothek als auch die Stadthalle als Veranstaltungsort sind in etwa 5 Gehminuten erreichbar. Die Schule ist sehr gut in die Infrastruktur des öffentlichen Nahverkehrs integriert, sodass auch Ziele im Umland meist ohne großen Aufwand zu erreichen sind.

Die Schülerschaft ist in der Sekundarstufe I zunehmend heterogen. Aktuell werden am KHG ca. 700 SchülerInnen im klassischen Halbtagsunterricht beschult. Daneben besteht die Option einer Hausaufgaben-/Übermittagsbetreuung für SchülerInnen der 5. bis 7. Jahrgangsstufen bis 16:00 Uhr. In der Erprobungsstufe werden – je nach Anmeldungen – derzeit ein bis zwei Klassen als Projektklassen geführt. Diese Klassen widmeten sich unterschiedlichen, aktuellen Projekten, die von den Jahrgangsstufenteams im Vorfeld eines Schuljahres geplant werden.

## 1.2 Pädagogische ****Aufgaben des Faches bzw. der Fachgruppe vor dem Hintergrund der schulischen Leitidee****

****Das KHG und alle Fachschaften verpflichten sich in ihrer Fachschaftsarbeit und in der darauf aufbauenden unterrichtlichen Arbeit, die schulischen Leitideen zu achten und zu fördern.

Die zusammen mit Schülern, Eltern und Lehrern erarbeiteten, programmatischen Grundpfeiler lassen sich unter der Leitidee **Respekt, Persönlichkeit und Erfolg** – **Lernen in sozialer Verantwortung. Lern- und Lebensort KHG** zusammenfassen. Am KHG lernen wir in sozialer Verantwortung. Wir respektieren uns und andere sowie die Regeln, die wir uns in unserer Schulgemeinschaft selbst gegeben haben. Gleichsam berücksichtigen wir die **Persönlichkeit**, **Vielfalt** und **Individualität** unserer Schülerschaft und fördern diese auch aktiv im Fachunterricht. Wir verstehen das KHG als Lern- und Lebensort, in dem sich alle Beteiligten gerne aufhalten und in dem sie angstfrei mit Freude zusammenarbeiten. Folgende Bausteine schärfen diese Leitidee aus:

* **Respekt** ist der Grundpfeiler für gemeinsames Miteinander. Dazu gehört es, die Bedürfnisse aller am Schulleben beteiligten zu achten. Für den konkreten Fachunterricht ist die Basis für unterrichtliche Arbeit der Bestand einer kontinuierlich lernförderlichen, diskriminierungsfreien und gleichwürdigen Arbeitsatmosphäre. Alle unterrichterrichtenden Lehrer respektieren die SchülerInnen als eigenständige Individuen mit Stärken und Schwächen. Genauso respektieren SchülerInnen ihr MitschülerInnen und die unterrichtenden LehrerInnen.
* **Verantwortung** meint die Übernahme von Pflichten. Innerhalb der Fachschaft fördern wir sukzessive das Verantwortungsbewusstsein unserer SchülerInnen, indem wir ihnen – ihrem Alter und ihrer kognitiven Voraussetzung entsprechend – zunehmend Aufgaben im Kontext des Fachunterrichts übertragen. Auch die Methoden und Lehrformen, die Auswahl des Materials sowie die Formen der Leistungsüberprüfung ist auf dieses Ziel hin ausgerichtet. Zu den Pflichten der SchülerInnen gehört es,

**Verantwortung für sich selbst** und ihre schulischen Pflichten zu übernehmen. Das selbstständige Lernen und Vertiefen von Unterrichtsinhalten ist zunehmend anzustreben, was sowohl für die schulische als auch heimische Form des Lernens gilt. Hausaufgaben, als obligatorischer Bestandteil einer Halbtagsschule, sind selbstverständlicher Bestandteil unseres Faches und sind regelmäßig anzufertigen.

Verantwortung bedeutet aber auch, **sich anderen Menschen gegenüber verpflichtet zu fühlen**. SchülerInnen sollen – im Rahmen ihrer Möglichkeiten – zunehmend Verantwortung für ein angemessenes Lernklima und einen respektvollen Umgang miteinander übernehmen. Sie unterstützen sich in Lernsachen und entwickeln Empathie. LeherInnen tragen die Verantwortung für die bestmögliche Unterstützung der schulischen Lernprozesse. Sie tragen stets Sorge dafür, dass Regeln des Schullebens eingehalten werden und stellen eine lernförderliche, respektvolle Atmosphäre im Fachunterricht sicher.

* Unser Gymnasium ist ein **vielfältiges**, an dem wir alle verschieden sind. Wir begegnen im Fachunterricht dieser Tatsache positiv und sehen Vielfalt immer auch als Chance, Lernprozesse zu ermöglichen, Perspektiven zu wechseln und Empathie zu schaffen. Der diskriminierungsfreie Umgang ist selbstverständlicher Bestandteil des Unterrichts. Alle LehrerInnen der Fachschaft kommunizieren sensibel und diskriminierungsfreie und fordern dies im Unterricht von SchülerInnen ein. Gleichsam bedeutet Vielfalt auch die Summe aus hunderten, teils verschiedenen Persönlichkeiten. Jeder Mensch hat Stärken und Schwächen – auch LehrerInnen. Innerhalb des Fachunterrichts bemühen wir uns stets diese im Blick zu haben und achten auf individuelle Lernbedingungen und Lernfortschritte.
* **Teamgeist** bedeutet das Bewusstsein, dass es kein Mensch ganz alleine schaffen muss oder kann. Unser Selbstverständnis des Lehrers ist der des Lernbegleiters, des Teampartners. Wir – Lehrer und Schüler – sind ein Team, das gemeinsam Erfolg anstrebt. Auch SchülerInnen bilden ein Team. Schule als Lebensort soll jeder Schülerin und jedem Schüler die Möglichkeit bieten, Teil einer Gemeinschaft zu sein. Den respektvollen Umgang unter Mitschülerinnen und Mitschülern in diesem Team zu wahren, ist erklärtes Ziel der Fachschaft.
* **Fairness** ist uns im Fachunterricht ebenfalls wichtig. Transparenz ist dabei ein wesentliches Anliegen unserer Fachschaft und zwar in Bezug auf die konkreten Unterrichtsinhalte, deren Abfolge und hinsichtlich der Leistungsüberprüfung. SchülerInnen und Eltern können sich in diesem Lehrplan einen verbindlichen Überblick über die unterrichteten Gegenstände verschaffen und sich im Leistungskonzept über die Bewertungskriterien unserer gesamten Fachschaft informieren. Leistungen (auch Sonstige Mitarbeit) dokumentieren wir regelmäßig und geben den SchülerInnen auf Anfrage Auskunft über ihre Leistung und Entwicklung. Fairness betrifft auch die Wahl der Aufgaben- und Überprüfungsformate. Diese sind – im Rahmen der Vorgaben des Lehrplanes – lernstands- und altersangemessen zu wählen.
* **Anerkennung** und **Wertschätzung** jedes/r Schülerin/Schülers ist selbstverständlicher Grundsatz der unterrichtlichen Arbeit. Lernfortschritte werden gewürdigt und individuelle Lernvoraussetzung im Rahmen äußeren Vorgaben berücksichtigt. Ein wertschätzender, diskriminierungsfreier Umgang zwischen allen am Unterricht Beteiligten ist zu wahren.

## 1.3 Besondere Schwerpunkte der unterrichtlich-fachlichen Arbeit

AbT (Ausgleichs- und Bewegungstraining in Klasse 5.2 und 6.1)

*Teambuilding in Klasse 5*

*Bundesjugendspiele LA*

*Bundesjugendspiele Turnen (Klasse 6)*

*Hallensportwoche*

*Teilnahme an diversen Meisterschaften im Rahmen von “Jugend trainiert für Olympia“*

*Standardtanz (Kooperationspartner Tanzschule Krauss)*

*Rock`n Roll- Ausbildung (Showtanzschule Krauss)*

*Hip Hop (Tanzschule Krauss)*

*Exkursion ins Fitnessstudio (diverse)*

*Ausbildung Rettungsschwimmen (DLRG Ortsgruppe Mettmann)*

*Kanutag (Kanuexkursion auf der Wupper mit “Wupperkanu“)*

## ****1.4 Funktionsinhaber/innen der Fachgruppe****

Die aktuellen Funktionsinhaber und der/die Fachvorsitzende/r ist der Seite „Ansprechpartner“ der Schulhomepage (<https://www.khgme.org/service/ansprechpartner/>) zu entnehmen.

# 2. Entscheidungen zum Unterricht

## 2.1 Unterrichtsvorhaben

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden anzubahnen und zu entwickeln. Im Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben (Kapitel 2.2) wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben auf die jeweiligen Halbjahre dargestellt. Diese Festlegung soll vergleichbare Standards gewährleisten sowie bei Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln die Kontinuität der fachlichen Arbeit garantieren.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Exkursionen, Projekte o.ä.) zu erhalten, wurden im Rahmen dieses schulinternen Curriculums für die Unterrichtsvorhaben Zeitspannen angegeben. Abweichungen über die notwendigen Absprachen hinaus sind im Rahmen des pädagogischen Gestaltungsspielraumes der Lehrkräfte möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

Die 18 Sportstunden in der Sekundarstufe I verteilen sich wie folgt über die Schuljahre:

|  |  |
| --- | --- |
| Klasse 5 | 3 Std. |
| Klasse 6 | 4 Std.  |
| Klasse 7 | 4 Std. |
| Klasse 8 | 3 Std. (halbjährlich 2- bzw. 4-stündig) |
| Klasse 9 | 2 Std. |
| Klasse 10 | 2 Std. |

Die unter 2.1.1. dargestellten Unterrichtsvorhaben umfassen, gemäß Kernlehrplan, 75% der vorhandenen Unterrichtszeit pro Schuljahr. Die restlichen 25% sind Freiraum, welcher der SL und die Klasse zur Vertiefung oder Erarbeitung individueller Themen nutzen und/oder das Sportabzeichen abnehmen können. Ebenso umfassen die Freiraumstunden die Unterrichtsstunden, welche nicht durch eine Fachlehrkraft vertreten werden können bzw. aufgrund anderer Gründe (Klassenfahrten, Ausflüge etc…) nicht stattfinden.

Gemäß Erlass entspricht eine Wochenstunde 40 Unterrichtsstunden im Schuljahr. Somit ist die Ausgangsmenge der Wochenstunden 80 Unterrichtseinheiten (Stunden) in Schuljahren mit zweistündigem Sportunterricht (Klasse 9 & 10), 120 Unterrichtseinheiten in Schuljahren mit dreistündigem Sportunterricht (Klasse 5 & 8), sowie 160 Unterrichtseinheiten mit vierstündigem Sportunterricht (Klasse 6 &7).

### 2.1.1 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben

*KLASSE 5 SuS = Schülerinnen und Schüler*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/ Sportbereich** | Unterrichtsvorhaben | Bewegungs- und Wahrnehmungs-kompetenz**Die SuS können…** | **Sach-, Methoden- und****Urteilskompetenz****(Inhaltsfelder)****Die SuS können…** | **Bemerkungen****Leistungskontrollen** |
| **1.**Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen | **Im Gleichgewicht balancieren können. (6 Std)*** Fitness- und Konditionsübungen
* Balancierübungen mit und ohne Gerät.
* Spannungs- und Entspannungsübungen (z.B. Phantasiereisen).
 | * sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen, [6 BWK 1.1]
* eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, [6 BWK 1.2]
 | * Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. [6 SK f2]
* körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f1]
* verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben |
| **2.** Spielen entdecken und Spielräume nutzen | **Spielmöglichkeiten auf unserem Schulhof entdecken und gestalten. (6 Std)*** Lauf- und Fangspiele
* Völkerball, Jägerball, Zombieball…
* Spiele mit vorgegebenem Raum und kleinem Gerät (Ball, Seil, Wand).

**„Fair play“ – mehr als nur das Einhalten von Spielregeln (6 Std)*** Bekannte Spiele spielen und nach Beendigung der Spieleinheiten auf den Gedanken des Fair-Play beziehen
* Unterscheidung von Wettkampfgedanken im Vereinssport und dem gemeinsamen Spiel im Schulsport

**Gemeinsam sind wir stark – Spiele zur Förderung der (Klassen-) Gemeinschaft (6 Std)*** Aufgaben, die nur unter gemeinsamer Anstrengung, Reflektion und Teamwork gelöst werden können
 | * Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen, [6 BWK 2.1]
* Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-) spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten, [6 BWK 2.2]
* unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen. [6 BWK 2.4]
* lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]
 | * wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benenn [6 SK a2]
* einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet urteilen [6 UK a1]
* Merkmale für faires und kooperatives und teamorientiertes Handeln benennen [6 SK e1]
* Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (6 SK c1)
* Psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]
 | Entdeckung von Spielräumen auf und um das Schulgelände herum. Entdecken neuer (alter) Spiele.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Dem Thema (Fair play) entsprechendes Verhalten in Spielsituationen, sowie ein reflektierter Umgang mit Beobachtungsaufgaben.Vorbereitung auf die Hallensportwoche (Völkerball & Staffeln) |
| **3.** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | **Laufen, Springen, Werfen (9 Std)*** Schnell laufen aus verschiedenen Startpositionen (Tiefstart) in unterschiedlichen Formen;
* Hoch und weit springen unter besonderer Betonung der Absprungschulung;
* Vielfältige Wurfformen mit unterschiedlichen Materialien.
* Mittelzeitausdauerlauf (bis zu 10 min.).

**Test für das ABT (3 Std)*** Aufgabenparcours zur Ermittlung der körperlichen Fitness „Minicooper“; „Drunter und Drüber“; Ball gegen Wand etc…
 | * grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen, [6 BWK 3.1]
* eine aerobe Ausdauerleistung in einem Bewegungsfeld über einen angemessenen Zeitraum erbringen [6 BWK 1.4]
 | * Einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, akustische Signale und Visualisierungen) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
* einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]
* unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]
* wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]
* mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]
* einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]
 | Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.Wertungstabelle LA*aus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999* |
| **4.** Bewegen im Wasser – Schwimmen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| **5.** Bewegen an Geräten - Turnen | **Grundlegende Bewegungsmöglichkeiten erproben und erfahren an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen. (6 Std)*** Entwicklung von turnerischen Basiselementen (s.o.).

**Erweiterung des Bewegungskönnen an Geräten, Gerätekombinationen durch Erarbeitung von gegenseitiger Hilfe- und Sicherheitsstellung. (6 Std.)*** Entwicklung von elementarer Kompetenz im Helfen und Sichern.
 | * vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren, [6 BWK 5.1]
* grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. [6 BWK 5.3]
 | * die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]
* einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
* selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]
 | Vorbereitung auf die BDJS Turnen (in Klassenstufe 6); Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Sportfest, Projekttage etc.). |
| **6.** Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-künste | **Handgeräte und Objekte als Anlass für Gestaltungsprozesse. (12 Std.)*** Mit Objekten (z.B. Schwungtuch, Keulen, Bälle, Teppichfliesen, Luftballons, Reifen, Seile etc.) gestalterisch umgehen: rhythmische oder räumliche Ausgestaltung, Erstellen von Bewegungsverbindungen und -variationen, auch zu Musik.

  | * Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen, [6 BWK 6.1]
 | * Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]
* Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten

[6 MK b1] | Präsentation von BewegungsgestaltungenVorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Einschulungsfeier, Projekttage etc.).Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.ggf. Kooperation und Besuch der Showtanzschule Krauss |
| **7.** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | **Grundlagen für Ballspiele vielfältig erlernen, üben und anwenden. (12 Std.)****Rückschlagspiele mit dem Partner kennen lernen. (6 Std.)*** Schaffung von Voraussetzungen für Spielfähigkeit; Verbesserung Koordination;
* Raum, Mit- und Gegenspieler wahrnehmen (Prellen, Fangen, Schießen, Werfen, Passen, Pritschen);
* Handlungsabsichten signalisieren
* Tischtennis mit verschiedenen Schlägern und Bällen, z.B. Beachball
 | * sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden, [6 BWK 7.1]
* in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [6 BWK 7.3]
 | * Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]
* einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK a1]
* ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem

Niveau beurteilen [6 UK d1] | Schwerpunktbildung aufgrund bestehender Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen; Vorbereitung auf die Hallensportwoche; Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK).Benennen und Beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität (SK & UK) |
| **8.** Gleiten, Fahren, Rollen | **Zug- und Schiebespiele mit Teppichfliesen (6 Std.)*** Körperspannung aufbauen und halten
* Kooperations- und Konkurrenzspiele
 | * sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen, [6 BWK 8.1]
* grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen. [6 BWK 8.2]
 | * Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (6 SK c1)
* Herausforderungen in sportlichen einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. (6 UK c1)
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.ggf. Besuch der Eishalle oder der Wasserskianlage |
| **9.** Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | **Vom Raufen zum Kämpfen nach Regeln. (12 Std.)*** Übungen zur Vertrauensbildung;
* Übungen zur Körperspannung und Körperwahrnehmung;
* Gemeinsames Festlegen von Regeln und Verhaltensweisen;
* Spiele mit Körperkontakt.
 | * in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen. [6 BWK 9.2]
 | * Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e 1]
* in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e 2]
* sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness

im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten[6 UK e 1] | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Wettkämpfe in Gewichtsklassen. |

*KLASSE 6*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/ Sportbereich** | **Unterrichtsvorhaben** | **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz****Die SuS können…** | **Sach-, Methoden- und****Urteilskompetenz****(Inhaltsfelder)****Die SuS können…** | **Bemerkungen*****Leistungskontrollen*** |
| **1.** Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen | **Hangeln, Klettern und Schwingen (6 Std.)****Fitness und Kondition (6 Std.)*** Bedeutung des funktionellen, allgemeinen Aufwärmens;
* Fitness- und Konditionsübungen (z.B. Minifitnesszirkel);
* Einsatz unterschiedlicher Gerätschaften: Ringe, Taue, Klettergerüste, Sprossenwände, Trapez…
 | * eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen, *[6 BWK 1.2]*
* grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungs-situationen anwenden, *[6 BWK 1.3]*
* eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung erbringen. [6 BWK 1.4]
 | * unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]
* psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3]
* einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c3]
* psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]
* grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen. [6 SK f1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben |
| **2.** Spielen entdecken und Spielräume nutzen | **Partnerspiele mit dem Federballschläger (mit und ohne Netz) (6 Std.)** | * lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen, *[6 BWK 2.3]*
 | * selbständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf und abbauen [6 MK e1]
* sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]
* einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben. |
| **3.** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | **Durch Üben zur Verbesserung****der individuellen Leistung in den****leichtathletischen Grundformen****gelangen (12 Std.)*** Schnell laufen aus verschiedenen Startpositionen (Tiefstart) in unterschiedlichen Formen;
* Über Hindernisse laufen und springen;
* Hoch und weit springen unter besonderer Betonung der Absprungschulung;
* Vielfältige Wurfformen mit unterschiedlichen Materialien.
* Mittelzeitausdauerlauf (bis zu 10 min.).
 | * leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau ausführen, *[6 BWK 3.2]*
* einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen. *[6 BWK 3.3]*
 | * einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, akustische Signale und Visualisierungen) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
* einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]
* unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]
* wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]
* mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]
 | Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.Wertungstabelle LAaus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999 |
| **4.** Bewegen im Wasser – Schwimmen | **Fortbewegungsmöglichkeiten im Wasser****mit schwerpunktmäßiger Schulung der****Schwimmtechniken Kraul und****Rückenkraul****In einer Schwimmtechnik****ausdauernd schwimmen lernen****Ablegung der Jugendschwimmabzeichen****in Bronze, Silber oder Gold****Die Vielfalt des Bewegens im Wasser entdecken****(alle Themen insgesamt 30 Std.)*** Gleitend schwimmen und ruhig atmen üben;
* Die Schwimmtechniken mit Schwimmhilfen verbessern;
* Schwimmstilspezifische Wenden und Starts kennenlernen, üben und verbessern;
* Verbesserung der Schnelligkeit;
* Eine individuell passende Ausdauerschwimmtechnik finden;
* In Kleingruppen üben, sich gegenseitig unterstützen;
* Puls- und Zeitmessung durchführen;
* Verbesserung der Ausdauer (MZA I bis 10 Min. – LZA I bis zu 30 Min).
* Ausdauerschwimmen (200, 400 bzw. 600 m);
* Tief- und Streckentauchen;
* Sprünge aus verschiedenen Höhen mit und ohne Anlauf;
* Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung;
* Wasserspringen;
* Spielformen mit und ohne Gerät;
* Bewegungsgestaltung im Wasser;
 | * das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, *[6 BWK 4.1]*
* grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen, *[6 BWK 4.2]*
* eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen, *[6 BWK 4.3]*
* in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen. *[6 BWK 4.4]*
* *eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) erbringen [6 BWK 1.4]*
 | * Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]
* mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]
* einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c3]
* die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]
* einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]
* Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen. [6 SK f2]
* körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f1]
 | 25m-Zeit in einer der beiden frei gewählten Techniken (Tabelle Schwimmen aus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehr-kampf, Mannheim 1999); Technikbeurteilung in beiden Techniken; Starts und Wenden; [50m-Zeit in einer frei gewählten Technik];Ausführung von Sprüngen nach vereinbarten KriterienStreckentauchen (Bewertung auf Basis der Tabelle von KOS 2001)Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Vorbereitung auf das Schwimmfest im Rahmen der HallensportwocheErwerb der Jugend-schwimmabzeichen |
| **5.** Bewegen an Geräten – Turnen | **Kombination von Turnelementen zu kleinen Übungen an ausgewählten Geräten/ Gerätekombinationen unter besonderer Berücksichtigung von Bewegungsfluss und Körperspannung****(24 Std.)*** Körperkontrolle bei elementaren Fertigkeiten;
* Wettkampf Turnen der Bundesjugendspiele als Projekt am Nachmittag;
* Sicherheitsbewusstes Verhalten kennen und anwenden (Auf-/Abbau, Sichern und Helfen);
* Verantwortungsbewusstes Handeln in Wagnissituationen erlernen;
* Turnerische Fachsprache kennen und nutzen;
 | * eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren, *[6 BWK 5.2]*
* grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. *[6 BWK 5.3]*
 | * einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
* selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]
* verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]
* die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]
* einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d2]
 | Vorbereitung auf die BDJS Turnen Wettkampf (Turnnachmittag). Bewertung der Leistung auf Basis der Bewertungstabelle des DTB, des schulinternen Bewertungsrasters (Beschluss der FK 09/2008) und der unterrichtlichen Teilnahme.Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben; Bewertung auch auf Basis der Leistungsprogression |
| **6.** Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-künste | **Bewegungstheater (6 Std.)*** Wahrnehmungssensibilisierung;
* Erarbeitung von Bewegungs-fertigkeiten (Pantomime, Zeitraffer, Zeitlupe, etc.);
* Improvisation und Komposition von Spielszenen.
 | * eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren. *[6 BWK 6.2]*
 | * einfache kreative Bewegungsgestaltung entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]
* kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]
* grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2]
 | Präsentation von BewegungsgestaltungenVorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben. |
| **7.** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele | **Erweiterung der erworbenen Spielfähigkeit durch Anwendung in komplexeren Spielsituationen (12 Std.)****Grundlagen zum Basketball- und Volleyballspiel erlernen. (12 Std.)*** Fortführung der Vermittlung von allgemeiner Spielfähigkeit.
 | * sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, *[6 BWK 7.2]*
* in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. *[6 BWK 7.3]*
 | * sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]
* Merkmale für faires und kooperatives und teamorientiertes Handeln benennen [6 SK e1]
* einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK a1]
 | Schwerpunktbildung auf-grund der bestehenden Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen; Vorbereitung auf die Hallensportwoche; Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK).Benennen und Beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität (SK & UK) |
| **8.** Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/ Wintersport | Aufgrund fehlender Rahmenbedingungen gilt die Empfehlung, Exkursionen mit entsprechenden Inhaltsbereichen durchzuführen (z.B. Eissporthalle, Wasserskianlage etc.); Berücksichtigung des Inhaltsbereiches bei der Klassenfahrt nach Waldbröhl. |
| **9.** Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport | **Kämpfen in Bodenlage – im Gegeneinander kooperieren (6 Std.)*** Siehe Jahrgangsstufe 5: Gemeinsames Festlegen von Regeln und Verhaltensweisen; Spiele mit Körperkontakt; Übungen zur Vertrauensbildung; Übungen zur Körperspannung und Körperwahrnehmung;
* Partnerkämpfe mit und ohne Gerät.
* Durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen [MK]
 | * unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen, *[6 BWK 9.1]*
 | * Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e 1]
* in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e 2]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Wettkämpfe in Gewichtsklassen. |

*KLASSE 7*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/ Sportbereich** | **Unterrichtsvorhaben** | **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz****Die SuS können…** | **Sach-, Methoden- und****Urteilskompetenz****(Inhaltsfelder)****Die SuS können…** | **Bemerkungen*****Leistungskontrollen*** |
| **1.** Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen | **Übungen zum Vertrauen und zur Körperspannung als Vorbereitung auf das Klettern an der Wand (6 Std.)****Toprope-Klettern (18 Std.)*** Bedeutung des funktionellen, allgemeinen Aufwärmens;
* Körperspannung wahrnehmen und in kleinen Übungen funktionsorientiert einsetzen;
* Übungen und Spiele zum Vertrauen in den Partner;
* Theorie des Toprope-Kletterns, z.B. Knotenkunde und Sicherheitsbelehrung;
* Bouldern, Sichern und Klettern an der Wand
 | * sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch –aufwärmen *[10 BWK 1.1]*
* ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen *[10 BWK 1.2]*
 | * die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]
* den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]
* unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
* den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]
* emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]
* Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]
* komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Korrektes Sichern und Nachsichern unter Beachtung aller Sicherheitsregeln.Technisch gutes und erfolgreiches Klettern verschiedener Schwierigkeitsgrade (Routen) an der Wand.Weiterhin möglich:- Schriftlicher Test zu Sicherheitsbestimmungen- Exkursionsmöglichkeit in eine Kletterhalle (Halle Mensch; Cosmosports etc.) |
| **2.** Spielen entdecken und Spielräume nutzen | **Kleine Wurfspiele mit der Frisbee-Scheibe –miteinander und gegeneinander (12 Std.)*** Partner- und Gruppenspiele miteinander erfinden;
* Verschiedene Wurftechniken kennenlernen und ausführen;
* Ultimate-Frisbee
 | * eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen *[10 BWK 2.2]*
 | * für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [10 SK a2]
* Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben. |
| **3.** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | **Der Sprung in die Höhe (18 Std.)*** Verschiedene Techniken zum Hoch-Springen (Hocksprung, Wälzer, Schersprung):
* Grobform der Flop-Technik:
* Analyse leistungsbegrenzender Parameter von Hoch- und Weitsprungtechniken.
 | * eine neu erlernte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen *[10 BWK 3.2]*
* einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen. *[10 BWK 3.3]*
 | * grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
* analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]
* Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
* den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]
 | Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.Bewertung der absoluten und relativen Hochsprungleistung, sowie der TechnikWertungstabelle LAaus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999 |
| **4.** Bewegen im Wasser – Schwimmen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| **5.** Bewegen an Geräten – Turnen | **Möglichkeiten zum Turnen in Gruppen an selbstgewählten Geräten / Gerätekombinationen entwickeln, bis hin zur Präsentation (12 Std.)*** Wiederholen und Festigen von turnerischen Grundelementen;
* Synchronturnen
 | * eine selbst entwickelte (akrobatische) Gruppengestaltung präsentieren *[10 BWK 5.2]*
 | * ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]
* kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]
* koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]
 | Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Präsentation von Bewegungsgestaltungen |
| **6.** Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-künste | **Kunststücke mit Geräten – eine Kür erfinden und präsentieren (12 Std.)*** Kunststücke mit Geräten (z.B. Jonglage, Rope Skipping, Double Dutch, Kunststücke mit dem Fuß-, Basket- oder Volleyball) gemeinsam finden und in eine Präsentation einbringen; variantenreiche, rhythmische Verbindung von Bewegungselementen
 | * eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren *[10 BWK 6.1]*
 | * kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]
* die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]
* das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]
 | Präsentation von BewegungsgestaltungenVorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben. |
| **7.** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele | **Grundzüge des Handballspiels (12 Std.)*** Handbälle regelgerecht prellen lernen;
* Torwurf, Sprungwurf und Fallwurf;
* Verschiedene Formen des Passens;
* Entwicklung der Spielfähigkeit

**Vom Miteinander zum Gegeneinander volley spielen (6 Std.)*** Spiel mit Netz;
* Spiel 4:4

**Vom Ping-Pong zum Tischtennis (6 Std.)*** Schlägerhaltung und Grundschläge
* Zählweise im Wettkampfspiel

**Grundelemente des Hockey- und Floorball-Spiels (12 Std.)*** Schlägerhaltung und Ballführung;
* Pass- und Schusstechnik;
* Entwicklung der Spielfähigkeit im Mannschaftsspiel
 | * sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen *[10 BWK 7.1]*
* in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. *[10 BWK 7.2]*
* eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen *[10 BWK 7.4]*
 | * die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]
* Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]
* in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]
* die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]
* Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
* grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
 | Schwerpunktbildung auf-grund der bestehenden Kooperation mit ortsansässigen Sportvereinen.Vorbereitung auf die Hallensportwoche (Floorball)Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK).Benennen und Beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität (SK & UK) |
| 8. Gleiten, Fahren, Rollen | **Kanutag auf der Wupper (6 Std.)*** Sicherheitsaspekte des Kanusports kennen lernen und umsetzen
* Steuern eines Bootes mit und ohne Partner
* Paddelhaltung, Paddelschlag und Zugtechnik
 | * sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen *[10 BWK 8.1]*
* gerätspezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren. *[10 BWK 8.2]*
 | * unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
* unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]
* die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]
 | Tagesexkursion in Kooperation mit der Firma Wupper-Kanu. Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen. |
| 9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |

*KLASSE 8*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/ Sportbereich** | **Unterrichtsvorhaben** | **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz****Die SuS können…** | **Sach-, Methoden- und****Urteilskompetenz****(Inhaltsfelder)****Die SuS können…** | **Bemerkungen*****Leistungskontrollen*** |
| **1.** Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen | **Unterschiedliche Belastungsformen wählen und mit Pulsfrequenzmessungen kontrollieren (12 Std.)*** Bedeutung des Faches Sport in Bezug auf eine nachhaltig-gesunde Lebensführung;
* Laufen im eigenen Tempo;
* Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern, aerobe Ausdauerleistungen ermöglichen;
* funktionales Aufwärmen (Einlaufen);
* Theorie: Pulsqualitäten, Pulsvariation, Pulsmessung, sinnvolle Trainingssteuerung;
* Umgang mit Pulsuhren
 | * eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B**. Laufen 30 min**, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]
 | * analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]
* ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2]
* sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]
* Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Angestrebt wird u.a. die Kooperation mit dem Fach Biologie im Bereich Fitness. |
| **2.** Spielen entdecken und Spielräume nutzen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| **3.** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | **Mit der Kugel in die Ferne stoßen** **(12 Std.)*** Verschiedene Techniken im Kugelstoßen;
* Grobform der O`Brien-Technik
 | * eine neu erlernte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen *[10 BWK 3.2]*
 | * für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]
* Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
* den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]
 | Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.Möglich: Bewertung der absoluten und relativen Stoßleistung, sowie der Technik.Wertungstabelle LAaus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999Physik des Kugelstoßens. |
| **4.** Bewegen im Wasser – Schwimmen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| **5.** Bewegen an Geräten – Turnen | **Springen und Fliegen (12 Std.)*** Einschätzen des eigenen Könnens durch Erfahrungen an neuen Geräten (Minitrampolin; Trampolin);
* Eine Mini-Choreographie auf dem Trampolin erarbeiten und präsentieren
 | * turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren *[10 BWK 5.1]*
* turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]
 | * Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
* Gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]
* Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]
 | Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Präsentation von Bewegungsgestaltungen.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen. |
| **6.** Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-künste | **Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen (12 Std.)*** Bewegungsgrundformen erlernen und dem Charakter der Musik anpassen;
* Bewegung in einen selbst entwickelten Tanz einbringen (z.B. Cheerleading, Hip-Hop etc.)
 | * eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einer ausgewählten Tanzrichtung (Hip-Hop; Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren *[10 BWK 6.2]*
 | * unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]
* ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]
* das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]
 | Präsentation von Bewegungsgestaltungen.Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben. |
| **7.** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele | **Einführung des wettkampfgerechten Basketballspiels zur weiteren Entfaltung der Spielfähigkeit im Mannschaftsspiel mit dem Schwerpunkt der Regelanalyse (14 Std.)*** Aufbau von Regelkompetenz;
* Taktische Grundaufstellung im Angriff und der Defensive;
* Entwicklung der Spielfähigkeit im Zielspiel 5:5

**Vom Federball zum Badminton (14 Std.)*** Spiel mit Netz;
* Grundschläge Clear, Drop und Smash
* Aufbau von Regelkompetenz im Einzel- und Doppelspiel
 | * sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen *[10 BWK 7.1]*
* in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. *[10 BWK 7.2]*
 | * die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]
* einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportl. Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]
* in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]
* Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
 | Vorbereitung auf die Hallensportwoche (Basketball)Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen.Benennen und Beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität. |
| 8. Gleiten, Fahren, Rollen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| 9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | **Entwickeln von Turnierkämpfen in unterschiedlichen Kampfformen (14 Std.)*** Gemeinsames Festlegen von Regeln;
* vom unkontrollierten Stürzen zum sicheren Fallen;
* Spiele mit Körperkontakt;
* Kämpfe im Stand und am Boden;

Vermittlung von Grundkenntnissen einer normierten Kampfsportart  | * Grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-koordinative Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden. *[10 BWK 9.1]*
* In unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. *[10 BWK 9.2]*
 | * die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]
* Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]
* in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]
* Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
* das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]
 | Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Zweikampfsituationen. |

*KLASSE 9*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/ Sportbereich** | **Unterrichtsvorhaben** | **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz****Die SuS können…** | **Sach-, Methoden- und****Urteilskompetenz****(Inhaltsfelder)****Die SuS können…** | **Bemerkungen*****Leistungskontrollen*** |
| **1.** Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen | **Fitness – “Muckibude“, Lifestyle oder Gesundheitsprävention? (8 Std.)*** Bedeutung des Faches Sport in Bezug auf eine nachhaltig-gesunde Lebensführung;
* Besuch eines Fitnessstudios **oder** Planen und Durchführen eines mehrwöchigen Zirkeltrainings;
* Theorie: Muskelgruppen und ihre Bedeutung
 | * ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen *[10 BWK 1.3]*
 | * grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]
* ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2]
* einen ausgewählten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1]
* gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Besuch eines Fitnessstudios. |
| **2.** Spielen entdecken und Spielräume nutzen | **Spiele aus anderen Kulturen (12 Std.)*** Amerikanische Sportarten, etwa: Baseball, (Flag-)Football, Ultimate-Frisbee;
* Traditionelle Ballspiele, etwa: Schlagball, Korfball, Faustball;
* Spiele von der „Insel“, etwa: Rugby, Gaelic-Football
 | * eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen *[10 BWK 2.2]*
* ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen *[10 BWK 7.3]*
 | * Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]
* das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen. |
| **3.** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | **Ausdauerndes Laufen****(10 Std.)*** Vorbereitung auf einen Ausdauerlauf;
* Operationalisierung von ausdauerndem Laufen, etwa: [Cooper-Test (Strecke in Zeit), 2000m-Lauf (Zeit auf Strecke), 45min-Lauf (Laufen ohne Pausieren)];
* Durchführung eines bewerteten Ausdauerlaufs
 | * bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitsniveau ausführen *[10 BWK 3.1]*
* alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geaocashing, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen *[10 BWK 3.4]*
 | * Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]
* den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]
 | Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.Möglich: 5-RundenlaufWertungstabelle LAaus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999 |
| **4.** Bewegen im Wasser – Schwimmen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| **5.** Bewegen an Geräten – Turnen | **Ausgewählte Aspekte der Fitness beim Bewegen an Geräten (4 Std.)*** Sicherheits- und Hilfestellung situationsgerecht leisten;
* Gerätekombinationen entwickeln und verbessern
 | * turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. *[10 BWK 5.3]*
 | * Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]
* emotionale Signale in Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]
 | Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Präsentation von Bewegungsgestaltungen.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen. |
| **6.** Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-künste | **Aerobic (4 Std.)*** Erarbeitung der Basiskenntnisse (Phasen, Schritte, Belastung);
* Gestaltung einer Bewegungsfolge

**Paartanz (4 Std.)*** Kennenlernen klassischer Paartänze
 | * eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich allein oder in der Gruppe präsentieren. *[10 BWK 6.3]*
 | * unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]
* koordinative Anforderungen von Bewegungsabläufen benennen [10 SK d3]
 | Besuch der Tanzschule Krauss.Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben. |
| **7.** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele | **Einführung des wettkampfgerechten Volleyballspiels zur weiteren Entfaltung der Spielfähigkeit im Mannschaftsspiel mit dem Schwerpunkt der Regelanalyse und Mannschaftstaktik (10 Std.)*** Aufbau von Regelkompetenz;
* Taktische Grundaufstellung;
* Entwicklung der Spielfähigkeit im Zielspiel 6:6

**Grundlagen des Handballspiels (8 Std.)*** Mannschaftstaktik in der Defensive;
* Mannschaftstaktik im Angriff;
* Aufbau von Regelkompetenz
 | * sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen. *[10 BWK 7.1]*
* in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. *[10 BWK 7.2]*
 | * Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]
* einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportl. Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]
* in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]
* Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]
 | Vorbereitung auf die Hallensportwoche (Volleyball)Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen.Benennen und Beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität. |
| 8. Gleiten, Fahren, Rollen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| 9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport |  entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |

*KLASSE 10*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegungsfeld/ Sportbereich** | **Unterrichtsvorhaben** | **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz****Die SuS können…** | **Sach-, Methoden- und****Urteilskompetenz****(Inhaltsfelder)****Die SuS können…** | **Bemerkungen*****Leistungskontrollen*** |
| **1.** Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen | **Die Symbiose aus Anspannung und Entspannung spüren (4 Std.)*** z.B.: Progressive Muskelrelaxation oder Yoga
 | * ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen *[10 BWK 1.2]*
 | * Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen. |
| **2.** Spielen entdecken und Spielräume nutzen | **Ein neues Spiel erfinden und präsentieren (10 Std.)*** als Gruppe ein neues Spiel kriteriengeleitet Erfinden;
* das entwickelte Spiel in der Großgruppe präsentieren und durchführen
 | * lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen *[10 BWK 2.1]*
 | * Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]
* die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]
* Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Präsentation vor der Gruppe.Möglich: Präsentation in einer Gruppe der Erprobungsstufe |
| **3.** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik | **Schleudern aus der Drehbewegung****(8 Std.)*** Verschiedene Techniken des Schleuderballs kennenlernen und durchführen;
* Durchführung eines bewerteten Wettkampfes
 | * eine neu erlernte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen *[10 BWK 3.2]*
 | * grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
* koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 UK d3]
 | Vorbereitung auf die BDJS, das Sportabzeichen und evtl. auf ein Sportfest.Wertungstabelle LAaus: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999 |
| **4.** Bewegen im Wasser – Schwimmen | **Rettungsschwimmen – Erwerb des DLRG-Abzeichens „Bronze“ (16 Std.)*** Theorie DLRG-Bronze (inkl. schriftlicher Prüfung);
* Praktische Prüfungen (DLRG-Bronze)
 | * eine Wechselzug- und eine Gleitzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen *[10 BWK 4.1]*
* Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen. *[10 BWK 4.2]*
* Grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch und ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen. *[10 BWK 4.3]*
 | * Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]
* grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
* Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]
* komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
 | Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Schriftliche Prüfung am vorletzten Schultag. |
| **5.** Bewegen an Geräten – Turnen |  entfällt |  entfällt |  entfällt | entfällt |
| **6.** Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungs-künste | **Der Rock ’n’ Roll als akrobatischer Paartanz (12 Std.)*** Erarbeitung der Basisschritte und der akrobatischen Elemente;
* Durchführung als koedukative Unterrichtseinheit;
* Präsentation einer selbstentwickelten Choreografie als Prüfung
 | * eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einer ausgewählten Tanzrichtung allein oder in der Gruppe präsentieren *[10 BWK 6.2]*
 | * unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]
* ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]
 | Präsentation von Bewegungsgestaltungen.Vorbereitung von Auftritten (Sportgala, Tag der offenen Tür, Projekttage etc.).Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Kooperation mit einer örtlichen Tanzschule. |
| **7.** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele | **Grundlagen des Hockey- oder Fußballspiels (10 Std.)*** Vermittlung der Grundtechniken Pass, Stopp, Dribbling, Torschuss & (Kopfball beim FB)
* Mannschaftstaktik in der Defensive und im Angriff;
* Aufbau von Regelkompetenz
 | * sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen. *[10 BWK 7.1]*
* in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. *[10 BWK 7.2]*
 | * einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportl. Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]
* in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]
 | Vorbereitung auf die Hallensportwoche (Fußball).Teilnahme an „Jugend trainiert für Olympia“.Mitarbeit in aktiven und theoretischen Unterrichtsphasen.Kontinuierliches selbstbestimmtes Üben.Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen. |
| 8. Gleiten, Fahren, Rollen | entfällt | entfällt | entfällt | entfällt |
| 9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport | entfällt |  entfällt | entfällt | entfällt |

## 2.2 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung (Leistungskonzept)

siehe Spalte Bemerkungen/Leistungskontrollen

* *Die Sportlehrer machen die Kriterien für die mündliche Mitarbeit zu Anfang des Schuljahres transparent.*
* *Wertungstabelle LA: Schriftenreihe DSLV, Heft 20, Schulsport-Mehrkampf, Mannheim 1999*
* *Wertungstabelle SW: Schriftenreihe DSV, 2003*

## 2.3 Lehr- und Lernmittel

*Inventar der Turnhallen Laubacher Straße, Herrenhauser Straße, des Sportplatzes Gruitener Straße und der Schwimmhalle Neanderstraße.*

# 3. Evaluation

Zielsetzung: Das schulinterne Curriculum stellt keine starre Größe dar, sondern ist als „lebendes Dokument“ zu betrachten. Dementsprechend sind die Inhalte stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachkonferenz (als professionelle Lerngemeinschaft) trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

Prozess: Der Prüfmodus erfolgt jährlich. Zu Schuljahresbeginn werden die Erfahrungen des vergangenen Schuljahres in der Fachschaft gesammelt, bewertet und eventuell notwendige Konsequenzen formuliert.