

SCHULINTERNE LEHRPLÄNE

der Städt. Sekundarschule Central



SPORT

FK Vorsitz:

Herr Funken

FK Stellvertreter:

Herr Putsch

Stand August 2022

Inhalt

1. Obligatorik und Freiraum.....	4
2. Entscheidungen zum Unterricht	4
3. Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation	4
4. Rahmenbedingungen und Sportangebote	5
5. Rechtliche Legitimierung des Schulinternen Curriculums	6
Bewegungsfelder und Sportbereiche.....	6
Inhaltsfelder im Fach Sport	7
Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 5	8
Von Seepferdchen und Seesternen	8
Wir werden ein Klassen-Team.....	8
Kämpfe am Boden um Raum, Gegenstände und Körperlage	8
Hinführung zum Tischtennis	9
Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden	9
Aufwärmen.....	9
Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 6	10
Schwimmen.....	10
Gummitwist, Ropeskipping und Ballkorobics	10
Handball	10
Ausdauer.....	11
Weitsprung	11
Schlagballweitwurf.....	11
Dreikampf.....	12
Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen.....	12
Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 7	13
Training für einen Volkslauf	13
Streetball.....	13
Le Parcour	13
Tischtennis	14
Ziehen, Drücken, Kämpfen im Stand – Fallen aus dem Stand	14
Torchball	14
Fitness.....	14
Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 8	15
Spikeball.....	15
Hip – Hop	15

Badminton	15
Sprint	16
Hochsprung	16
Kugelstoßen.....	16
Leichtathletische Fähigkeiten unter Wettkampbedingungen anwenden	16
Handball	17
Kraftraumausweis.....	17
Aufwärmen anleiten und durchführen.....	17
Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 9	18
Flagfootball	18
Orientierungslauf.....	18
Menschenpyramiden	18
Handball	19
Werfen aus dem Stand – Ringen und Kämpfen	19
Zirkeltraining selbstständig planen, durchführen und anleiten	19
Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,7,9).....	21
Fitness.....	21
Basketball.....	21
Judo (9).....	21
Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,5,7):	23
Fitness.....	23
Turnen	23
Tischtennis	23
Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,6,7):	25
Fitness.....	25
Badminton (7)	25
Tanzen, Darstellen, Gestalten (6).....	26
Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,3,7):	27
Fitness.....	27
Handball (7).....	27
Leichtathletik (3).....	28

1. 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.

2. Entscheidungen zum Unterricht

2.1. Handball wird als verbindliches Mannschaftsspiel im Rahmen der Obligatorik festgelegt.

2.2. Tischtennis wird als verbindliches Partnerspiel im Rahmen der Obligatorik festgelegt.

2.3. Die Handlungskompetenzen im Bewegungsfeld 7 werden in einem Teil des Freiraums durch das Mannschaftsspiel Basketball und das Partnerspiel Badminton erweitert.

2.4. Der Freiraum wird weiterhin genutzt, um aktuelle pädagogische Bedarfe und spezifische Interessen der konkreten Lerngruppe zu berücksichtigen.

2.5. Im Zusammenhang mit dem Themenkomplex „Gesundheit“ werden Themen der Fächer Naturwissenschaften und Hauswirtschaft unter sportlichen Aspekten in zahlreichen Unterrichtsvorhaben aufgegriffen und vertieft.

3. Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation

3.1. Die Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld 4 „Bewegen im Wasser – Schwimmen“ werden aus organisatorischen Gründen nur in den Jahrgangsstufen 5. und 6. realisiert.

3.2. Der Hallensport wird in den Jahrgangsstufen 5. und 6. im Rotationsverfahren durchgeführt und die Schülerinnen und Schüler haben ausgehend von 38 Schulwochen ca. 25 Schulwochen Schwimmunterricht und ca. 13 Wochen Sportunterricht.
Siehe Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens.

3.3. Die Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld 3 „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“ liegen aus Witterungsgründen um die Sommerferien.

3.4. Unterrichtsvorhaben zum Bewegungsfeld 8 „Rollen, Gleiten, Fahren – Rollsport, Bootssport, Wintersport“ können im Rahmen bestimmter Wandertage oder Klassenfahrten teilweise oder vollwertig abgedeckt werden.

4. Rahmenbedingungen und Sportangebote

4.1. Raumangebot

- eine Einfachturnhalle
- Schwimmhalle (Fahrten mit städtischen Bussen 10 Minuten)
- Nutzung der Städtischen Eishalle (Fahrten mit städtischen Bussen 10 Minuten)

4.2. Unterrichtsangebot

- Stundenraster 67,5 Minuten
- In den Jahrgangsstufen 5,6 und 8: zweistündiger Sportunterricht
- In den Jahrgangsstufen 7,9 und 10: einstündiger Sportunterricht

4.3. Außerunterrichtliche Sportangebote

- Freie Mittagsangebote in der Turnhalle
- AG Bereich

5. Rechtliche Legitimierung des Schulinternen Curriculums

Der schulinterne Lehrplan für das Fach Sport der Sekundarschule Solingen bezieht sich im Wesentlichen auf die Vorgaben des Ministeriums für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen.

Bewegungsfelder und Sportbereiche¹

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

¹ https://www.schulentwicklung.nrw.de//lehrplaene/upload/klp_SI/GE/SP/KLP_GE_SP.pdf

Inhaltsfelder im Fach Sport ²

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

² https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SI/GE/SP/KLP_GE_SP.pdf

Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 5

		Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...	
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF S.8	<i>Methodenkompetenz</i>	<i>Urteilskompetenz</i>
Von Seepferdchen und Seesternen						
4	22 *1	<p>... das Verhalten des Körpers im und unter Wasser wahrnehmen, die Erfahrungen darstellen und physikalische Grundlagen verstehen, indem sie erste Erfahrungen mit <i>Auftrieb, Absinken, Vortrieb</i> und <i>Rotationen</i> machen und sich die verschiedenen Erfahrungen mithilfe von Informationskärtchen erklären.</p> <p>... grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen, indem sie die Schwimmtechniken Brust und Rückenkrault mithilfe von <i>Bilderfolgen</i> einschließlich <i>Atemtechnik, Start</i> und der <i>einfachen Form der Wende</i> erlernen und auf grundlegendem Niveau ausführen.</p>	*2	a c e f	<p>... einen schwimmbad-spezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten, indem sie die offiziellen Baderegeln kennenlernen und diese im Schwimmbad einhalten.</p> <p>... Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen anwenden, indem sie mit verschiedenen Situationen in einem sicheren Rahmen konfrontiert werden, mögliche Schwierigkeiten benennen und in Kleingruppen Lösungsmöglichkeiten erarbeiten.</p>	<p>... Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen, indem sie sportbezogene Situationen im Unterricht von außen beobachten und ihren Mitschülerinnen und Mitschülern eine Rückmeldung geben.</p>
Wir werden ein Klassen-Team						
2	2 *1	<p>... grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden.</p> <p>... einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen benennen und erläutern.</p>	*2	e	<p>... Kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.</p> <p>... einfache Spiele initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern.</p>	<p>... Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.</p>
Kämpfe am Boden um Raum, Gegenstände und Körperlage						
9	10 *1	<p>... normungebunden mit- und gegeneinander am Boden um <i>Raum, Gegenstände</i> und <i>Körperlage</i> kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.</p>	*2	a c e f	<p>... grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.</p> <p>... durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen</p>	<p>... einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</p> <p>... die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen</p>

		... sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner übernehmen.			von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen.	
Hinführung zum Tischtennis						
7	10 *1	<p>... in ausgewählten Spielsituationen die grundlegenden technischen, koordinativen Fertigkeiten der Grundtechniken Vorhand- und Rückhandkonter, Vorhand- und Rückhandschupf und des normalen Aufschlages in der Grobform anwenden und benennen.</p> <p>... sich in Spielsituationen gegenüber Mit- und Gegenspielern fair verhalten.</p> <p>... sich in einfachen Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.</p> <p>... Tischtennis in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen.</p>	*2	a d e	<p>... einfache grafische Animationen von Spielsituationen erklären und umsetzen.</p> <p>... grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.</p>	<p>... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten im Abgleich mit den vorgegebenen Animationen beurteilen.</p> <p>... einfache Spielsituationen hinsichtlich Regeln und Fairness beurteilen.</p>
Grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden						
5	10 *1	<p>... eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten können.</p> <p>... die grundlegenden Bewegungsfertigkeiten <i>Vorwärtsrolle, Rückwärtsrolle, Radschlag</i> und <i>Handstand</i> am Boden bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.</p> <p>... Bewegungsfertigkeiten am Boden fließend verbinden und in Grobform turnen.</p>	*2	a b c f	<p>... Bodenturnmatten sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen.</p> <p>... in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.</p>	... turnerische Präsentationen einschätzen und nach Ausführungsqualität bewerten.
Aufwärmen						
1	*1	<p>... sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.</p> <p>... ihre Leistungsfähigkeit gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel – Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben.</p> <p>... eine Phantasiereise angeleitet ausführen sowie die hervorgerufene Wirkung beschreiben.</p>		a d f	... allgemeine Erwärmung und Dehnen und allein und in der Gruppe anwenden.	... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen.

Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 6

Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF S.8	<i>Methodenkompetenz</i>	<i>Urteilskompetenz</i>
Schwimmen						
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Von Seepferdchen und Seesternen“						
4	22 *1	<p>... aus verschiedenen Höhen ins Wasser springen und in verschiedenen Tiefen tauchen, indem sie Techniken zum Springen und Tauchen erlernen, ihre eigenen Leistungsfähigkeiten einschätzen, mit Verantwortung das Wagnis einschätzen und auf individuellem Niveau Bewegungsaufgaben lösen.</p> <p>... Gewichte und Gegenstände transportieren und deren Auswirkungen auf das Schwimmen erläutern.</p> <p>... eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen.</p>	*2	a c d f	<p>... einen schwimmbad-spezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten, indem sie die offiziellen Baderegeln kennenlernen und diese im Schwimmbad einhalten.</p> <p>... Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen anwenden, indem sie mit verschiedenen Situationen in einem sicheren Rahmen konfrontiert werden, mögliche Schwierigkeiten benennen und in Kleingruppen Lösungsmöglichkeiten erarbeiten.</p>	<p>... Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen, indem sie sportbezogene Situationen im Unterricht von außen beobachten und ihren Mitschülerinnen und Mitschülern eine Rückmeldung geben.</p>
Gummitwist, Ropeskipping und Ballkorobics						
6	8 *1	<p>... technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewege ns mit dem Seil oder dem Ball ausführen und grundlegend beschreiben.</p> <p>... Körperspannung, Bewegungsrythmus, Raumorientierung und Synchronität mit dem Partner wahrnehmen und in Ansätzen anwenden.</p> <p>... mit ungewöhnlichen Materialien (z. B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewege ns auf andere Objekte übertragen.</p>	*2	a b e	<p>... durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen</p> <p>... einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungs-gestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren.</p>	<p>... einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten.</p>
Handball						
<u>7</u>	8 *1	<p>... in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen,</p>	*2	d e	<p>... einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen.</p>	<p>... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten im Bereich Passen, Werfen und</p>

	<p>indem sie Pässe durch die Luft und Pässe über den Boden, Würfe aus dem Laufen und die Ballannahme von hoch- und flach zugespielten Pässen erlernen und mithilfe von vorgegebenen Übungen trainieren.</p> <p>... sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen.</p> <p>... Handball in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen.</p> <p>... sich in einfachen Handlungs- /Spielsituationen taktisch angemessen verhalten, indem sie das Freilaufen kennenlernen und es im Spiel anwenden.</p>			<p>... grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen.</p> <p>... spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.</p>	<p>Fangen mithilfe einer Videoanalyse mit Abbildungen vergleichen und grundlegend beurteilen.</p> <p>... einfache Spielsituationen als Schiedsrichter leiten und hinsichtlich Regeln und Fairness bewerten.</p>
--	--	--	--	---	---

Ausdauer

4 *1	<p>... grundlegende technisch-koordinative Lauffertigkeiten ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden</p> <p>... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit- erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen.</p>	*2	a d e f	<p>... Zeit sachgerecht stoppen.</p>	<p>... die individuelle Gestaltung des Lauf tempos bei einer Ausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.</p>
---------	--	----	------------------	--------------------------------------	--

Weitsprung

4 *1	<p>... Weitsprung auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell ausführen.</p> <p>... grundlegende technisch-koordinative Sprungfertigkeiten ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden</p>	*2	a d e f	<p>... leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.</p> <p>...Distanz sachgerecht messen.</p>	
---------	---	----	------------------	--	--

Schlagballweitwurf

4 *1	<p>... Schlagballweitwurf auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell ausführen.</p> <p>... grundlegende technisch-koordinative Wurffertigkeiten ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden.</p>	*2	a d e f	<p>... leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.</p> <p>... Distanz sachgerecht messen.</p>	
---------	---	----	------------------	---	--

Dreikampf

2 *1	... einen leichtathletischen Dreikampf (Ausdauerlauf, Weitsprung, Schlagballweitwurf) unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen	*2	a d e f	... grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. ...leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.	
<p style="margin: 0;">Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen</p> <p style="margin: 0; font-size: small;">Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Aufwärmen“</p>					
1	... ihre Leistungsfähigkeit gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Leistungsformen zeigen und beschreiben.		a d f	... funktionelle Kräftigung allein und in der Gruppe anwenden.	... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in Ausdauersituationen einschätzen und mithilfe des Pulsmessverfahrens beurteilen.

Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 7

		Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF S.8	<i>Methodenkompetenz</i> <i>Urteilskompetenz</i>
Training für einen Volkslauf					
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 „Ganz schön aus der Puste“					
3	4 *1	... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleich- förmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen (Puls, Herzfrequenz, Atmung, Schwitzen) bei ausdauerndem Laufen beschreiben.	*2	d f	... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren. ... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.
Streetball					
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 „Handball“ (taktisch)					
7	8 *1	... in Spielsituationen Passen, Dribbeln und Werfen , Techniken beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen. ... Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen. ... Freiräume von Gegnern zustellen und taktisch angemessen handeln. ... Basketball fair , mannschaftsdienlich und regel- gerecht spielen.	*2	d e	... grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern. ... Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. ... verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.
Le Parcour					
Vorausgesetzter Lernstand: Siehe Klasse 5 „Grundlegende Bewegungen am Boden“					
5	6 *1	... grundlegende Bewegungsfertigkeiten normungebunden an Turngeräten ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren. ... gemeinsam eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren.	*2	a b c e f	... den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen. ... grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden. ... Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. ... Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.

Tischtennis

Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 5 Tischtennis

7	6 *1	<p>in ausgewählten Spielsituationen die grundlegenden technischen, koordinativen Fertigkeiten der Grundtechniken Vorhand- und Rückhandunterschnittschlag, Vorhand- und Rückhandtopspin und des Unterschnittaufschlages in der Grobform anwenden und benennen.</p> <p>... sich in einfachen Handlungs-/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.</p>	*2	d e	<p>... grundlegende Spielregeln verändern und vereinbaren und die Folgen erläutern.</p>	<p>... Spielsituationen als Schiedsrichter beurteilen.</p>
---	---------	---	----	--------	---	--

Ziehen, Drücken, Kämpfen im Stand – Fallen aus dem Stand

Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Miteinander Kämpfen“

9	6 *1	<p>... im Stand ziehen und drücken und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.</p> <p>... Verschiedene Falltechniken anwenden.</p> <p>... körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen.</p>	*2	c e f	<p>... grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.</p> <p>... durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen.</p>	<p>... komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</p>
---	---------	--	----	-------------	---	--

Torchball

Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 5 „Wir werden ein Team“

2	4	<p>... ausgewählte spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten im Spiel Torchball weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.</p> <p>... das Spiel Torchball nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht spielen.</p>	*2	e	<p>... das Spiel Torchball mithilfe von unterschiedlichen Rahmenbedingungen eigenverantwortlich initiieren, durchführen und zielgerichtet verändern.</p>	<p>... das Spiel Torchball grundlegend bewerten.</p>
---	---	---	----	---	--	--

Fitness

Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 5 und Klasse 6

1	4 *1	<p>... sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.</p> <p>... Yoga unter Anleitung ausführen und die Funktion, den Aufbau und die Wirkung beschreiben.</p> <p>... Eigenkörpergewichtstraining unter Anleitung ausführen und die Funktion, den Aufbau und die Wirkung beschreiben.</p>		a d f	<p>... Ausdauer- (Lauf- ABC) und Dehnübungen nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p> <p>... Dauer- und Intervallmethoden zur Verbesserung der individuellen Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.</p>	<p>... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</p>
---	---------	--	--	-------------	--	--

Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 8

Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...				
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF S.8	<i>Methodenkompetenz</i>	<i>Urteilskompetenz</i>	LB
Spikeball							
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 5 „Wir werden ein Team“ und Klasse 7 „Torchball“							
2	6 *1	<p>... spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in der Trendsportart „Spikeball“ anwenden, indem sie die Sportart kennenlernen, das Verhalten des Balles und des Netzes verstehen und Techniken und Taktiken üben.</p> <p>... Spikeball nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln, indem sie in verschiedenen Organisationsformen das Spiel nutzen, um ihre Fähigkeiten zu verbessern.</p>	*2	d e	... ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.	... Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.	*2
Hip – Hop							
Vorausgesetzter Lernstand: Siehe Klasse 6 „Gummitwist, Seil und Ball“							
6	10	<p>... die Grundtechniken Bounce, Step Touch, Slide Touch, Top Rock, Jump Cross mit Pencil Turn, Moonwalk und Heel-Toe aus der Tanzrichtung „Hip-Hop“ ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltung nutzen.</p> <p>...Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/ Partner in der Gruppe anwenden und variieren.</p>	*2	a b e	... sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren.	... die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen.	*2
Badminton							
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 5 und 7 „Tischtennis“							
7	8 *1	... in ausgewählten Spielsituationen die grundlegenden technischen, koordinativen Fertigkeiten der Grundtechniken Clear, Drop und	*2	d e	... grundlegende Spielregeln verändern und vereinbaren und die Folgen erläutern.	... Spielsituationen als Schiedsrichter beurteilen.	

	<p>des Aufschlages in der Grobform anwenden und benennen.</p> <p>... sich in einfachen Handlungs-/ Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.</p>					
Sprint						
3	<p>... technisch-koordinative Lauffertigkeiten ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen.</p> <p>... Sprinten auf grundlegendem Fertigniveau individuell und im Team (Staffel) sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p>	*2	a d f	... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.	... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.	*2
Hochsprung						
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 „Weitsprung“						
	<p>... technisch-koordinative Sprungfähigkeiten ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen.</p> <p>... Hochsprung auf grundlegendem Fertigniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p>	*2	a d f	... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Sprungfähigkeit üben und trainieren.	... die eigene Sprungfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.	*2
Kugelstoßen						
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 Schlagballweitwurf						
	<p>... technisch-koordinative Stoßfertigkeiten ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen.</p> <p>... Kugelstoßen auf grundlegendem Fertigniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p>	*2	a d f	... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Sprungfähigkeit üben und trainieren.	... die eigene Stoßfertigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.	*2
Leichtathletische Fähigkeiten unter Wettkampfbedingungen anwenden						
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 „Leichtathletik“						
	<p>... Sprint, Hochsprung, Kugelstoß auf grundlegendem Fertigniveau leistungsbezogen ausführen.</p> <p>... einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren.</p>	*2	a d f	... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.	... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.	*2

Handball

7		<p>... in Spielsituationen Sprungpässe und – würfe anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.</p> <p>... Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen.</p> <p>... sich in komplexen Handlungssituationen individual- und mannschaftstaktisch angemessen verhalten, indem sie sich freilaufen, Mitspielerinnen und Mitspielern durch verbale und nonverbale Kommunikation Unterstützung anbieten und taktische Handlungsmuster abrufen.</p> <p>... Handball fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.</p>	*2	d e	<p>... grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.</p>	<p>... verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.</p>	*2
---	--	---	----	--------	--	---	----

Kraftraumausweis

Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 7 „Fitness“

1		<p>... ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p>	*2	a d f	<p>... Ausdauertraining und Krafttraining voneinander unterscheiden, die grundlegenden Methoden Eigenkörpergewichtstraining, freies Krafttraining und isoliertes Training zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen und deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.</p>	<p>... Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</p> <p>... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.</p>	*2
---	--	--	----	-------------	--	--	----

Aufwärmen anleiten und durchführen

Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 und Klasse 6 „Aufwärmen“

		<p>... sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.</p>	*2	f	<p>... Kräftigungsmethoden nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p>		*2
--	--	--	----	---	--	--	----

Kompetenzerwartungen in der Jahrgangsstufe 9

Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...				Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			
BF	UE		LB	IF S.8			LB
Flagfootball							
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 5 „Wir werden ein Team“, Klasse 7 „Torchball“ und Klasse 8 „Spikeball“							
2	5	... Flagfootball selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.	*2	e	... initiieren komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – führen sie eigenverantwortlich durch und verändern sie zielgerichtet.	... Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport– hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele.	*2
Orientierungslauf							
Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 „Ausdauer“ und Klasse 7 „Wir trainieren für einen Volkslauf“							
3	6	... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca) 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen ei ausdauerndem Laufen benennen ...die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Ausdauerleistung anhand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen	*2	d f	... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.	... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen	*2
Menschenpyramiden							
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Turnen“ und Klasse 7 „Le Parcour“							
5	5	... eine akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.	*2	a b c e f	... in Gruppen selbständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben und für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. ... zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktion erläutern.	...Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch- koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. ... die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern- Übungs- und	*2

		...an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen und grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen und sachgerecht ausführen.				Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen und eine Präsentation bewerten.	
Handball							
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 6 „Handball“, Klasse 7 „Streetball“ und Klasse 8 „Handball“							
7	6	<p>... komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.</p> <p>... Merkmale fairen Spielens reflektieren, erläutern und sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.</p> <p>... können taktisches Verhalten im Zielspiel situationsgemäß verändern und erläutern.</p> <p>... Handball auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</p>	*2	d e	<p>... Die SuS unterscheiden Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten und passen sie situationsgerecht an.</p> <p>... Die SuS erläutern Videoszenen von Spielsituationen und setzen diese um.</p>	<p>... die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet und beurteilen die individuelle Spielfähigkeit.</p> <p>... Die SuS beurteilen die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert.</p>	*2
Werfen aus dem Stand – Ringen und Kämpfen							
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Miteinander kämpfen“ und Klasse 7 „Ziehen, Drücken, Kämpfen im Stand – Fallen aus dem Stand“							
9	5	<p>... grundlegende technisch – koordinative Fertigkeiten im Werfen und taktisch- kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend in ihrer Funktion erläutern.</p> <p>... mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.</p>	*2	d e c f	<p>... Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.</p> <p>... kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.</p>	<p>... die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen.</p> <p>... Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.</p>	*2
Zirkeltraining selbstständig planen, durchführen und anleiten							
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 und 6 „Aufwärmen“, Klasse 7 „Fitness mit dem eigenen Körpergewicht“ und Klasse 8 „Kraftraumausweis“							
1		<p>... Progressive Muskelentspannung unter Anleitung ausführen und Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben.</p> <p>... Zirkeltraining an Geräten unter Anleitung durchführen.</p> <p>... sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie</p>	*2	a d f	<p>... grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen und deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.</p> <p>... Kräftigungsmethoden nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet planen und leiten.</p>	<p>... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.</p> <p>... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen</p>	*2

	dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern.					
--	--	--	--	--	--	--

Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,7,9)

		Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...				Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>		LB	IF ³	<i>Methodenkompetenz</i>		<i>Urteilskompetenz</i>	
Fitness									
1	11	... sich selbstständig allgemein und spezifisch aufwärmen. ... Kraft und Schnellkraft gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen. ... progressive Muskelentspannung ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.	*2	a d f	... ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. ... Hypertrophie - Training und Schnellkraft - Training benennen deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren entwerfen und umsetzen.	... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in Trainingssituationen beurteilen. ... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen anhand von Videomaterial beurteilen.	*2		
Basketball									
7	11	... komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben. ... die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen. ... taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.	*2	d e	... Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen. ... Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen. ... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.	... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen. ... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen. ... die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.	*2		
Judo (9)									
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Miteinander kämpfen“, Klasse 7 „Ziehen, Drücken, Kämpfen im Stand – Fallen aus dem Stand“ und Klasse 9 „Werfen aus dem Stand“									
9	11	... grundlegende technisch – koordinative Fertigkeiten und taktisch- kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend in ihrer Funktion erläutern.	*2	d e c f	... Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.	... die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen.	*2		

³ Siehe S. 9

	... mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.		... kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.	... Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.	
--	---	--	--	---	--

Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,5,7):

		Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...		
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF ⁴	<i>Methodenkompetenz</i>	<i>Urteilskompetenz</i>	LB
Fitness							
1	11	<p>... sich selbstständig allgemein und spezifisch aufwärmen.</p> <p>... Kraft und Schnellkraft gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <p>... progressive Muskelentspannung ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.</p>	*2	d f	<p>... ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p> <p>... Hypertrophie - Training und Schnellkraft - Training benennen deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren entwerfen und umsetzen.</p>	<p>... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in Trainingssituationen beurteilen.</p> <p>... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen anhand von Videomaterial beurteilen.</p>	*2
Turnen							
Vorausgesetzter Lernstand: siehe Klasse 5 „Turnen“, Klasse 7 „Le Parcour“ und Klasse 9 „Menschenpyramiden“							
5	11	<p>... an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normgebunden ausführen und verbinden.</p> <p>... an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.</p>	*2	d e c f	<p>... In Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.</p> <p>... zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktion erläutern</p>	<p>... Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.</p> <p>... die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern- Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.</p>	*2
Tischtennis							
7	11	<p>... komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.</p>	*2	d e	<p>...Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.</p>	<p>... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p>	*2

⁴ Siehe S. 9

	<p>... die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.</p> <p>... taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.</p> <p>... Tischtennis auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</p>		<p>... Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.</p> <p>... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p>	<p>... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.</p> <p>... die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</p>	
--	--	--	--	--	--

Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,6,7):

		Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...		
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF ⁵	<i>Methodenkompetenz</i>	<i>Urteilskompetenz</i>	LB
Fitness							
1	11	<p>... sich selbstständig allgemein und spezifisch aufwärmen.</p> <p>... Kraft und Schnellkraft gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <p>... progressive Muskelentspannung ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.</p>	*2	a d f	<p>... ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p> <p>... Hypertrophie - Training und Schnellkraft - Training benennen deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren entwerfen und umsetzen.</p>	<p>... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in Trainingssituationen beurteilen.</p> <p>... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen anhand von Videomaterial beurteilen.</p>	*2
Badminton (7)							
7	11	<p>... komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.</p> <p>... die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.</p> <p>... taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.</p> <p>... das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</p>	*2	d e	<p>... Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.</p> <p>... Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.</p> <p>... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p>	<p>... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p> <p>... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.</p> <p>... die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</p>	*2

⁵ Siehe S. 9

Tanzen, Darstellen, Gestalten (6)

Vorausgesetzter Lernstand: Klasse 6 + Klasse 8

6	11	<p>... ausgewählte Grundtechniken ästhetisch – gestalterischen Bewegens in der Gruppe ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.</p> <p>... Objekte und Materialien in das ästhetisch – gestalterische Bewegungshandeln integrieren.</p> <p>... Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner) in Bewegungsgestaltung – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.</p> <p>... ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreografien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren.</p>	*2	a b e	<p>... ihr ästhetisch – gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur) für eine Präsentation (z.B. Schulaufführungen) nutzen.</p>	<p>... bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.</p>	*2
---	----	---	----	-------------	---	---	----

Kursprofil 10 (Bewegungsfelder 1,3,7):

Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...			Kompetenzerwartungen Die Schülerinnen und Schüler können...				
BF	UE	<i>Bewegungskompetenz</i>	LB	IF ⁶	<i>Methodenkompetenz</i>	<i>Urteilskompetenz</i>	LB
Fitness							
1	11	<p>... sich selbstständig allgemein und spezifisch aufwärmen.</p> <p>... Kraft und Schnellkraft gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.</p> <p>... progressive Muskelentspannung ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.</p>	*2	d f	<p>... ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.</p> <p>... Hypertrophie - Training und Schnellkraft - Training benennen deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren entwerfen und umsetzen.</p>	<p>... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in Trainingssituationen beurteilen.</p> <p>... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen anhand von Videomaterial beurteilen.</p>	*2
Handball (7)							
7	11	<p>... komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben.</p> <p>... die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen.</p> <p>... taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern.</p> <p>... das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.</p>	*2	d e	<p>... Darstellungen (z. B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen.</p> <p>... Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.</p> <p>... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p>	<p>... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.</p> <p>... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.</p> <p>... die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</p>	*2

⁶ Siehe S. 9

Leichtathletik (3)

3	11	<p>... leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch – koordinativem Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.</p> <p>... eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in Grobform ausführen.</p> <p>... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.</p> <p>... einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (z.B. Mehrkampf, Biathlon, Triathlon, Orientierungslauf, Spielfest) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen.</p>	*2	d e c f	<p>... leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.</p> <p>... selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen.</p>	<p>... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.</p>	*2
---	----	---	----	------------------	---	---	----

***1 Siehe Unterrichtsvorhaben – Sport**

***2 Siehe Leistungsbewertungskonzept – Sport**