

Schulinterner Lehrplan für die Einführungsphase im Fach Sport

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartung | Leistungsbewertung (z. B.) | Stunden |
|---|--|--|--|------------------|
| <p>„Wir entdecken neue Disziplinen der Leichtathletik“: z. B.: Hürdenlauf, Schlagball, Kugelstoßen, Weitsprung, etc.</p> | <p>BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p>Inhaltlicher Kern: Leichtathlet. Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</p> <p>Inhaltsfeld: d – Leistung / f – Gesundheit</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation (d) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: Eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).</p> <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK) - Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK) - Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK) - Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK) | <p>Hürden: Punktuelle Überprüfung der Technik / Hürden über Bloxx Hürdenrhythmus im 3er in angepassten Abständen Hürdenübergehen und -Hürdengewandheit (z.B. Hürdenhopper)</p> | <p>ca. 12-16</p> |

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartung | Leistungsbewertung (z. B.) | Std. |
|---|--|--|---|------------------|
| <p>„Ausdauernd laufen.“: Mit der richtigen Methode und individuellem Trainingsplan zum Ziel (z. B. 5000 m)</p> | <p>BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p>Inhaltlicher Kern: Leichtathlet. Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</p> <p>Inhaltsfeld: d – Leistung / f – Gesundheit</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation (d) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK) - sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK) - die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK) | <p>Kenntnis der Trainingsmethoden der Ausdauer / Erstellen/Protokollieren eines Trainingsplans / Absolvieren z. B. eines 5000 m Laufs (Anforderung Tabelle Sportabitur sowie Verbesserung) / Kenntnis und Anwendung von Übungen</p> | <p>Ca. 12-16</p> |

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartungen | Leistungsbewertung (z. B.) | Stunden |
|---|---|--|---|------------------|
| <p>„Wechselnde Duelle, bleibender Teamgeist – Badminton in Bewegung“: Einführung in die Grundtechniken beim Badminton und deren Anwendung in unterschiedlichen Turnierformen</p> | <p>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p>Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton</p> <p>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - In einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spiel-situationen in der Offensive und in der Defensive anwenden. - Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden. <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK) - sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbständig organisieren). (MK) - die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierender Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK) | <ul style="list-style-type: none"> - Technik: Hoher Aufschlag/ Überkopf-Clear/ Drop - Taktik: sinnvolle und erfolgreiche Anwendung der Techniken im Spiel - Partnerkorrektur - Selbständige Durchführung und Bewertung der Turnierformen (z.B. Kaiserturnier, 7-Punkte Ablösespiel) | <p>Ca. 12-16</p> |

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartungen | Leistungsbewertung (z. B.) | Stunden |
|---|---|---|---|------------------|
| <p>„Gesundheit im Basketball“: Individuelle und gruppentaktische Strategien für ein lebenslanges Spiel</p> | <p>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p>Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)</p> <p>Inhaltsfeld: f (und d)</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - In einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und Defensive anwenden. - Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen oder unterschiedlicher Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden. <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial): Vorteile eines gelingenden Basketballspiels (SK) - Die Schülerinnen und Schüler können sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen: basketballspezifisches Aufwärmprogramm/ Krafttraining (MK) - Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen: Ernährung am Beispiel Basketball (UK) | <ul style="list-style-type: none"> - Abschlussspiel: individual- und gruppentaktische Fähigkeiten - Unterrichtsbegleitende Bewertung der bewegungsübergreifenden Kompetenzerwartungen (Übernahme von Phasen des Unterrichts, z.B. des Aufwärmens, Referate, Unterrichtsgespräche) | <p>ca. 12-16</p> |

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartungen | Leistungsbewertung (z. B.) | Stunden |
|---|---|--|---|------------------|
| <p>„Rhythmus mit dem man mit muss!“ Eine Komposition unter besonderer Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien entwickeln und präsentieren</p> | <p>BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p>Inhaltlicher Kern: Tanz, Gymnastik</p> <p>Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK) - Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (MK) - eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK) | <ul style="list-style-type: none"> - Prozessorientierte Bewertungsaspekte mit dem Schwerpunkt auf gruppeninterne Arbeitsprozesse (Ideenfindung, Einigung/Kompromissbereitschaft, etc.) - Abschließende kriteriengeleitete Kürbeurteilung - Beurteilung der individuellen Bewegungsqualität | <p>ca. 12-16</p> |

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartungen | Leistungsbewertung (z. B.) | Stunden |
|--|---|--|--|------------------|
| <p>„Wir spielen Volley: Kooperation und Konkurrenz am Netz“ (3 mit 3 und 3 gegen 3)</p> | <p>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p>Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele: Volleyball</p> <p>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden. <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK) - Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren (MK) - Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK) | <p>Unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung im Hinblick auf Spielsituationsgerechtes Laufverhalten und situativ adäquate Technikauswahl / punktuelle Leistungsbewertung gelernter Techniken in Echtzeit und Zeitlupe samt korrekter Bewegungsbeschreibung</p> | <p>ca. 12-16</p> |

| Unterrichtsvorhaben | Inhalt | Kompetenzerwartungen | Leistungsbewertung (z. B.) | Stunden |
|--|--|--|---|------------------|
| <p>„Fit wie ein Turnschuh“: Mit Hilfe des Eigengewichts oder Therabands ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen entwickeln</p> | <p>BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p> <p>Inhaltliche Kern: Formen der Fitnessgymnastik</p> <p>Inhaltsfelder: f – Gesundheit / d - Leistung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) / Trainingsplanung und Organisation (d)</p> | <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren. – unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden. <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK) – ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK) | <p>Entwicklung von muskelspezifischen Übungen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden (schriftl. Ausarbeitung mit Strichmännchen) / praxisgestützte Auswahl individuell „passender“ (adäquater Reiz) Kräftigungsübungen (individuelle Trainingssteuerung) und deren technisch korrekte Durchführung (Körperspannung, gerader Rücken, etc.)</p> | <p>ca. 12-16</p> |