

# **Schulinternes Curriculum**

## **Fach Sport**

### **Teil A: Bildung und Erziehung**

#### **Vorüberlegungen**

- 1. Pädagogische Grundlagen**
- 2. Kompetenzentwicklung im Fach Sport**
- 3. Grundlagen der Leistungsbewertung**
- 4. Themen und Inhalte**

### **Teil B: Fachübergreifende Kompetenzentwicklung**

- 1. Sprachbildung**
- 2. Medienbildung**
- 3. Übergreifende Themen**

### **Teil C: Standardkonkretisierungen für die Klassen 5 bis 10**

### **Teil D: Sport in der Oberstufe und im Abitur**

#### **Anlage 1: Leistungstabellen in der Leichtathletik (Kl. 5-10)**

#### **Anlage 2: Merkblatt für die Teilnahme am Sportunterricht**

#### **Anlage 3: Hinweise zum Verhalten nach Unfällen**

# Schulinternes Curriculum

## Fach Sport

### Teil A: Bildung und Erziehung

#### Vorüberlegungen

Das vorliegende schulinterne Curriculum für das Fach Sport versteht sich als Arbeitsgrundlage für den Sportunterricht am Humboldt-Gymnasium.

Es ist kein starres Gebilde, sondern soll in der Praxis überprüft und ständig weiterentwickelt werden. Dabei wollen wir uns an den individuellen physischen und motorischen Möglichkeiten der Schülerinnen und Schüler sowie an deren Interessen orientieren.

#### 1. Pädagogische Grundlagen

Das Fach Sport leistet einen wesentlichen und unersetzbaren Beitrag zur Erziehung und Bildung, da hier die **Bewegung** und das **sportliche Handeln im Vordergrund** stehen.

Der Sportunterricht ist darauf ausgerichtet, die körperliche und motorische Entwicklung der Kinder und Jugendlichen zu fördern und strebt an, die Kinder und Jugendlichen zu lebenslangem Sporttreiben anzuregen.

Im Sportunterricht soll der **Bewegungs- und Spielfreude** der Heranwachsenden Rechnung getragen werden. Bewegungsumgebungen bzw. Lernzusammenhänge sollen abwechslungsreich gestaltet werden, damit sich die Schülerinnen und Schüler **vielfältige motorische und soziale Fähigkeiten** aneignen und sich ein Bild von der Vielfalt des Sports und den Bewegungsmöglichkeiten allgemein machen können. Sie sollen angeregt werden, ihr sportliches Handeln zu reflektieren, begründet Urteile abzugeben und Schlüsse für das weitere sportliche Handeln zu ziehen.

Beim gemeinsamen Sporttreiben können Schülerinnen und Schüler **Leistungswillen** entwickeln, sich körperlich anstrengen und verausgaben sowie ihre Position in der Gruppe und den Umgang miteinander ständig neu verhandeln. Der Sportunterricht bietet die Chance, Anstrengungsbereitschaft, Durchhaltevermögen, Kooperationsfähigkeit, Fairness, Rücksichtnahme sowie das Gewinnen- und Verlieren-Können zu fördern.

Das Thema **Gesundheit** soll in den Unterricht einfließen, wann immer das möglich und sinnvoll erscheint. In unserer bewegungsarmen Umwelt ist es von größter Bedeutung, dass Schülerinnen und Schüler Wissen über Körper und Bewegung erlangen und ermuntert werden, sich auch außerhalb der Schule körperlich zu betätigen.

Wir unterrichten Schülerinnen und Schüler mit sehr unterschiedlichen körperlichen und motorischen Voraussetzungen. Diese Tatsache muss durchgehend beachtet werden.

Die **Zusammenarbeit mit dem Team Humboldt-Plus** kann uns Aufschluss über Einschränkungen individueller Schülerinnen und Schüler geben; in manchen Situationen können Schulhelferinnen und Schulhelfer die Sportlehrkraft unterstützen.

Insgesamt trägt der inklusive und integrative Sportunterricht dazu bei, Vorurteile zu überwinden, indem die individuell unterschiedlichen Voraussetzungen aller möglichst berücksichtigt und Probleme offen angesprochen sowie gemeinsam gelöst werden.

Da die Schülerinnen und Schüler des Humboldt-Gymnasiums an vielfältigen schulischen und regionalen Wettkämpfen – wie z.B. den Bundesjugendspielen am Ende des Schuljahres und dem Schulcup-Crosslauf im Herbst – teilnehmen, soll die **Rhythmisierung der Inhalte** sich an diesen Veranstaltungen orientieren. Dadurch können die Schülerinnen und Schüler sich individuell und im Zusammenspiel mit anderen auf diese Wettkämpfe vorbereiten.

Insgesamt sollen die Schülerinnen und Schüler sukzessiv befähigt werden, sportliche Inhalte sowie konkretes Bewegungshandeln zu reflektieren und Unterrichtsphasen selbst zu gestalten. Dazu gehört auch, dass sie in die Planung und die Bewertung miteinbezogen werden.

Die Schülerinnen und Schüler können nur dann ein nachhaltiges Interesse an sportlichen Aktivitäten entwickeln, wenn sie Sport und Bewegung als **individuelle Bereicherung** erleben und **Erfolgslebnisse** erfahren.

Die folgenden **pädagogischen Perspektiven** bieten (gemäß Rahmenlehrplan für die Sek I) eine Handlungsorientierung für den Schulsport. Sie können sportartspezifisch akzentuiert oder miteinander verbunden werden, je nach Situation und Zielstellung. Die Lehrkraft trifft die Auswahl und bestimmt die Gewichtung der pädagogischen Perspektiven basierend auf den Festlegungen im schulinternen Curriculum (s. Standards der Kompetenzbereiche).

- 1) Leistung (das Leisten erfahren, verstehen und reflektieren)
- 2) Körpererfahrung (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern)
- 3) Kooperation (kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen)
- 4) Gesundheit (Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln)
- 5) Gestaltung (sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten)
- 6) Wagnis (etwas wagen und verantworten)

Insgesamt sind sportliche Betätigung und Bewegung am Humboldt-Gymnasium fester Bestandteil der Schulkultur auch über den Sportunterricht hinaus, z.B. über die bewegte Pause, AGs, sportbetonte Humboldtkurse, Wettkämpfe sowie sportlich orientierte Klassenfahrten und Wandertage. In diesem Zusammenhang findet auch eine Vernetzung mit anderen Fächern sowie eine Zusammenarbeit mit Lehrkräften anderer Fachbereiche statt.

## **2. Kompetenzentwicklung im Fach Sport**

Im Zentrum des Sportunterrichts steht die Entwicklung einer übergreifenden „**sport- und bewegungsbezogenen Handlungskompetenz**“.

Diese beinhaltet die folgenden Kompetenzbereiche:

- Bewegen und Handeln
- Reflektieren und Urteilen
- Interagieren
- Methoden anwenden

Der Stand der Kompetenzentwicklung, die im Durchschnitt von den Schülerinnen und Schülern erreicht werden soll, wird durch „Regelstandards“ im schulinternen Curriculum beschrieben (vgl. Teil C: Standardkonkretisierungen bzw. Regelstandards).

### 3. Grundlagen der Leistungsbewertung

- Pädagogische Ziele:
  - Ausprägungsgrad der Handlungskompetenz deutlich machen
  - Lernmotivation erhalten und steigern
  - Realistisches Bild des Leistungsstandes vermitteln

Damit diese Ziele erreicht werden, ist es von Bedeutung, die Leistungsrückmeldungen, wenn möglich, mit den Schülerinnen und Schülern zu besprechen und ihnen Entwicklungsmöglichkeiten aufzuzeigen.

- Pädagogisch-methodische Empfehlungen

Eine Leistungsmessung erfolgt in der Regel nach dem folgenden Muster: Definieren, Feststellen und Bewerten der Leistung. Nicht jede erbrachte Leistung muss auch bewertet werden.

Die Definition der Leistungserwartung kann u.a. in Form von standardisierten Tabellen (wie in der Leichtathletik; siehe Anhang), in Form von Kompetenzerwartungsbögen oder Checklisten stattfinden. Diese sollen sukzessive für die im schulinternen Curriculum beschriebenen Unterrichtsreihen von der Fachkonferenz entwickelt werden.

Die Leistungsfeststellung soll mit Hilfe verschiedener Instrumente erfolgen (z.B. Checklisten, Kriterienraster). Hier können Schülerinnen und Schüler einbezogen werden.

Wenn die Leistungsmessung in eine Zensur überführt wird, liegt die Verantwortung allerdings bei der Lehrkraft.

Da die Ziele des Sportunterrichts über das rein motorische Können hinausgehen, müssen auch Aspekte der Kompetenzbereiche „Interagieren“, „Reflektieren und Urteilen“ sowie „Methoden anwenden“ berücksichtigt werden. Dies geschieht einerseits über Checklisten o.Ä., es sind aber auch schriftliche Leistungsüberprüfungen oder Vorträge möglich. An dieser Stelle soll auch die Sprachverwendung Berücksichtigung finden.

#### Weitere wichtige Leitlinien:

- individuelle Voraussetzungen (der Schülerinnen und Schüler) berücksichtigen
- transparente Bewertungskriterien
- gesundheitliche Beeinträchtigungen berücksichtigen

Es bietet sich in manchen Lerngruppen an – vor allem in den Klassenstufen 8 und 9 – auch Teile des Unterrichts getrenntgeschlechtlich anzubieten.

#### Zusammensetzung der Sportnote:

50% Praktische Leistungsüberprüfungen

50 % Bewegen und Handeln (außerhalb der Leistungsüberprüfungen), Reflektieren und Urteilen, Interagieren (vgl. den nachfolgenden Selbsteinschätzungsbogen; die dort aufgeführten Kriterien dienen auch der Lehrkraft als Bewertungsgrundlage)

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

Datum: \_\_\_\_\_

## Einschätzung der allgemeinen Mitarbeit im Fach Sport

++ Trifft voll zu    + Trifft überwiegend zu    O Trifft teilweise zu    - Trifft nicht zu

	++	+	O	-
<b>Bewegen und Handeln / Methoden anwenden</b>				
Ich nehme engagiert und konzentriert am Sportunterricht teil.				
Ich führe Arbeitsaufträge gewissenhaft durch und nutze Erwärmungs- und Übungszeiten.				
Ich verbessere meine sportlichen Leistungen in den angebotenen Sportarten.				
<b>Reflektieren und Urteilen / Methoden anwenden</b>				
Ich besitze Kenntnisse über notwendige Sicherheitsmaßnahmen und reduziere das Risiko für mich und andere.				
Ich besitze umfangreiche Kenntnisse über Spielregeln und Bewegungsabläufe und wende diese an.				
Ich beobachte Bewegungsabläufe gezielt und kann Fehler bei mir und anderen korrigieren.				
Ich bereite mich auf den Sportunterricht vor, z.B. indem ich angemessene Sportkleidung trage, Schmuck ablege und pünktlich erscheine.				
<b>Interagieren / Methoden anwenden</b>				
Ich verhalte mich meinen Mitschülerinnen und Mitschülern sowie der Lehrkraft gegenüber stets respektvoll und halte mich an Regeln.				
In Gruppenarbeiten höre ich den anderen zu und arbeite zielorientiert.				
Ich helfe verantwortungsvoll bei der Organisation der Stunde (z.B. Auf- und Abbau, Helfen und Sichern).				
Ich bemühe mich, andere zu unterstützen und versuche Konflikte zu vermeiden bzw. zu lösen.				

Hier sehe ich meine Stärken:

Daran muss ich noch arbeiten:

Weitere Kommentare:

Insgesamt würde ich meine Mitarbeit im Fach Sport zur Zeit mit der Note \_\_\_\_\_ bewerten (~50% der Gesamtnote).

Unterschrift:

#### 4. Themen und Inhalte

Die folgenden **Bewegungsfelder** sind im Rahmenlehrplan für die Jahrgangsstufen 1-10 verbindlich festgelegt:

- Laufen, Springen, Werfen, Stoßen
- Spielen
- Bewegen an Geräten
- Kämpfen nach Regeln
- Bewegungsfolgen gestalten und darstellen
- Bewegen im Wasser
- Fahren, Rollen, Gleiten

Aus organisatorischen Gründen können die beiden zuletzt genannten Bewegungsfelder nicht durchgängig im Sportunterricht angeboten werden.

Das Bewegungsfeld „Fahren, Gleiten, Rollen“ wird im Zusammenhang mit regelmäßig für die 8. Klassen (teilweise auch Klasse 6) stattfindenden **Winterfahrten** thematisiert, bei denen Ski- und Snowboardkurse angeboten werden.

Die unten tabellarisch dargestellte Zuordnung von Bewegungsfeldern und Inhalten für die Klassen 5-10 wurde von der Fachkonferenz Sport beschlossen und soll weiter erprobt werden.

Dabei wurden folgende curriculare Vorgaben berücksichtigt:

- In den Jahrgangsstufen 5 und 6 werden drei Bewegungsfelder mit unterschiedlichen Inhalten erweitert und vertieft.
- In den Jahrgangsstufen 7-10 werden fünf Bewegungsfelder mit möglichst unterschiedlichen Inhalten erweitert und vertieft.
- Ab Jahrgangsstufe 5 wird in jedem Schulhalbjahr in mindestens einem Bewegungsfeld die **Ausdauerfähigkeit** besonders gefördert und geprüft.
- In jedem Schuljahr werden in einem der drei möglichen Bewegungsfelder (bei uns: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen) die **Bundesjugendspiele** vorbereitet und durchgeführt.

## Zuordnung von Bewegungsfeldern und Inhalten für die Klassen 5 – 10

<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Obligatorische Inhalte</b>	<b>Fakultative Inhalte</b>
5	Spielen	Mini-Handball (8-10 UE), kleine Spiele	
	Bewegen an Geräten	Turnerische Grundtätigkeiten (8 UE)	Akrobatik
	Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik (12-15 UE)	
6	Spielen	Fußball (8-10 UE)	Mini-Basketball
	Bewegen an Geräten	Boden (8 UE)	Reck
	Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik (12-15 UE)	
7	Spielen	Basketball (8-10 UE)	Mini-Volleyball
	Kämpfen nach Regeln	Raufspiele (4 UE)	
	Bewegen an Geräten	Sprung und Boden (8-10 UE)	
	Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik-Wettkampf (12-15 UE)	Spielformen der Leichtathletik
8	Spielen	Handball (8-10 UE)	Basketball
	Bewegen an Geräten	Barren/Reck (6 UE), Parkoursport (6 UE)	Mini-Tramp
	Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik-Wettkampf (12-15 UE)	
9	Spielen	Volleyball (8-10 UE)	Ultimate-Frisbee
	Bewegen an Geräten	Sprung (6 UE)	
	Laufen, Springen, Werfen, Stoßen	Leichtathletik-Wettkampf (10-12)	Hürdenlauf
	Bewegungsfolgen gestalten und darstellen	Aerobic, moderne Tanzchoreographien (8 UE)	
10	Spielen	Mind. ein Spiel vertiefen, Badminton (12- 16 UE)	Hockey
	Bewegen an Geräten	Boden, Barren/Stufenbarren (10 UE)	Schwebebalken
	Laufen, Springen, Werfen, Stoßen	Leichtathletik-Wettkampf (10 UE)	

## **Teil B: Fachübergreifende Kompetenzentwicklung**

### **1. Sprachbildung**

Auch wenn die Bewegung im Zentrum des Sportunterrichts steht, erfolgt die Auseinandersetzung mit ihr immer auch mit sprachlichen Mitteln.

Im rezeptiven Bereich müssen die Schülerinnen und Schüler sowohl mündliche als auch schriftliche Anweisungen und Arbeitsaufträge verstehen sowie Informationen aus Texten, Bildreihen und Filmmaterial ermitteln und in sportliches Handeln umsetzen.

Im Bereich Sprechen geht es vor allem darum, gesehene Bewegungen sprachlich darzustellen, anhand von Kriterien zu beurteilen und Verbesserungsvorschläge zu formulieren. In manchen Situationen kann es auch sinnvoll sein, dass Schülerinnen und Schüler einen kürzeren Vortrag zu ausgewählten sportlichen Themenbereichen halten. Das sollten Themen sein, zu denen die Schülerinnen und Schüler einen besonderen Bezug haben.

Da sportliches Handeln meist im Zusammenspiel mit anderen geschieht, spielt die sprachliche Interaktion eine große Rolle. Beim Aushandeln von Strategien müssen Gesprächsregeln beachtet und Beiträge der anderen Gruppenmitglieder wertgeschätzt und in das weitere Vorgehen einbezogen werden.

### **2. Medienbildung**

Da jedem Bewegungslernen das Schaffen einer Bewegungsvorstellung vorangeht, spielen Medien im Sportunterricht eine wesentliche Rolle.

Nicht jede Bewegung kann von der Lehrkraft oder einer Schülerin/einem Schüler vorgezeigt werden; daher bieten sich Bildreihen und insbesondere Filme als motivierende Bewegungsvorbilder an.

Später dienen visuelle oder audiovisuelle Medien der Fehlerkorrektur, die sowohl als Selbst- als auch als Partnerkorrektur durchgeführt werden kann. Das mediale Vorbild kann zum einen die Zieltechnik als Bezugsgröße darstellen, aber auch häufige Bewegungsfehler darstellen, um das Fehlersehen zu unterstützen (vgl. Teil C: Standardkonkretisierungen).

Zum Zwecke der Fehlerkorrektur eignen sich natürlich auch Videoaufnahmen der Schülerinnen und Schüler, die auf diese Weise ihre Bewegungen aus der Außenperspektive beurteilen können. Allerdings erschweren große Klassenstärken den Einsatz von Videoaufnahmen, da die Aufnahme und die Rückmeldung mit Hilfe des Filmmaterials viel Zeit in Anspruch nehmen.

Besonders in künstlerisch geprägten Bewegungsfeldern wie Tanz oder Akrobatik bieten sich Filmaufnahmen an, die auch von den Schülerinnen und Schülern selbst durchgeführt werden können. Die Präsentation der Aufnahmen müsste sinnvoller Weise im Klassenraum erfolgen.

### **3. Übergreifende Themen**

Im Sportunterricht sind Schülerinnen und Schüler körperlich aktiv, alleine und in Zusammenarbeit mit anderen. Dabei muss unterschiedlichen physischen, aber auch kognitiven und psychischen Voraussetzungen mit Offenheit begegnet und die Beteiligung aller



ermöglicht werden. Dies geschieht z.B. durch das Aushandeln und Verändern von Spielregeln, sodass ein gemeinsames Sporttreiben, bei dem jede/r beteiligt ist, möglich wird (vgl. Teil C: Standardkonkretisierungen).

In Mannschaftssportarten und bei Gruppenarbeiten müssen eigene Intentionen verhandelt, aber auch unterschiedliche Interessen ausgehalten werden. In Konfliktsituationen sollen demokratische Lösungen gefunden werden. Da die Beteiligten gerade bei Sportspielen oft emotional involviert sind, spielt das Aushandeln von Regeln und Strategien eine große Rolle im Sportunterricht.

Im Bereich der Gesundheitsförderung kommt dem Fach Sport eine besondere Bedeutung zu, da es aufzeigen soll, welchen Beitrag Sport zu einer gesunden Lebensweise leisten kann. In diesem Zusammenhang soll vor allem das Training der Ausdauer regelmäßig in den Unterricht einbezogen (vgl. Teil C: Standardkonkretisierungen) und theoretisch gefestigt werden sowie den Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten des Sporttreibens außerhalb der Schule aufgezeigt und nahegebracht werden mit dem Ziel der Motivierung zum lebenslangen Sporttreiben.

Andererseits werden auch immer sportliche Risiken thematisiert, die durch falsche Ausführung, übertriebenen Ehrgeiz oder mangelnde Sicherheitsvorkehrungen entstehen können.

Das Fach Sport kann auch einen Beitrag zur Gewaltprävention leisten. Es wurde schon angesprochen, dass das gemeinsame, gewaltfreie Lösen von Konfliktsituationen eine wichtige Rolle im Sportunterricht spielt.

Speziell im Bewegungsfeld „Kämpfen nach Regeln“ befassen sich Schülerinnen und Schüler mit der fairen körperlichen Auseinandersetzung im Zweikampf. Sie lernen Regeln auszuhandeln, zu befolgen und mit Sieg und Niederlage umzugehen (vgl. Teil C: Standardkonkretisierungen).

## Regelstandards für das Fach Sport in Klasse 5

### Spielen (Minihandball)

	<b>Niveaustufe D</b>
Themen und Inhalte	Minihandball Brust- und Bodenpass, Torwurf (Stemmwurf), Spielformen (z.B. Parteiball, Brettball, Tigerball, T-Ball)
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"><li>- regelgerecht den Handball in vereinfachten Spielsituationen annehmen und abspielen</li><li>- regelgerecht einen Torwurf (als Stemmwurf) aus dem 3-Schritt-Rhythmus durchführen</li><li>- sich freilaufen und anbieten</li><li>- als Team einen Angriff durchführen und das eigene Tor durch Manndeckung verteidigen</li></ul> Perspektiven: Kooperation, Körpererfahrung, Leistung
Kompetenzbereich(e)	Bewegen und Handeln, Interagieren (partiell Verantwortung übernehmen, z.B. Schiedsrichter/Spielführer), vorgegebene Merkmale sport- und bewegungsbezogener Handlungen wahrnehmen
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Anwendung von Fachsprache, Interaktion durch Kommunikation
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Spielfähigkeit in spielnahen Formen; Torwurf aus der Bewegung nach Doppelpass
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten

## Bewegen an Geräten (Turnen: Grundtätigkeiten)

	<b>Niveaustufe D</b>
Themen und Inhalte	Turnerische Grundtätigkeiten
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mit Körperspannung an verschiedenen Geräten (z.B. Ringe, Seile, Barren) rhythmisch schwingen (Perspektive: Körpererfahrung)</li> <li>- zur Überwindung verschiedener Hindernisse/ Geräte stützen und klettern (z.B. Bänke, Kästen, Sprungtisch, Mattenberg)</li> <li>- eine Bewegungsfolge zum Thema „Rollen“ als Gruppe unter Anleitung gestalten und präsentieren</li> </ul> <p>Perspektiven: Gestaltung, Kooperation und Leistung</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die eigenen sport- und bewegungsbezogenen Handlungen kriteriengeleitet hinterfragen</li> <li>- helfen und sichern</li> <li>- selbstständig und sicher Geräte aufbauen</li> <li>- Bewegungsmerkmale nennen und korrigieren</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Kommunikation in der Gruppe; ggf. Verschriftlichung der Choreografie
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Geräteaufbau mit Hilfe eines Aufbauplans
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<p>Entwicklung einer Gruppenchoreografie zum Thema „Rollen“ in 4er- bis 6er- Gruppen (nach Musik); Verbindung von Rollen aus verschiedenen Ausgangspositionen in verschiedene Endpositionen; Einbeziehung von gymnastischen und weiteren turnerischen Elementen (individuelles Können kann eingebracht werden)</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- turnerische Ausführung der Elemente: Körperspannung, Bewegungsfluss, Präzision, Bewegungsweite – Bewertung durch Lehrer und Mitschüler</li> <li>- kreative Gestaltung - Bewertung durch Lehrer und Mitschüler</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8 Unterrichtseinheiten

## Laufen, Springen, Werfen

	<b>Niveaustufe D</b>
Themen und Inhalte	Laufen, Springen, Werfen (50m, Tiefstart, Laufkoordination, Ausdauer: Umfang vor Intensität, Schlagwurf, Staffelläufe, Wurf- und Laufspiele, Sprungschulung: weit und hoch)
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ihr Alter in Minuten (+ 5') laufen (Perspektiven: Gesundheit, Leistung)</li> <li>- eine Kurzstrecke (ggf. mit Hindernissen) im individuell höchsten Tempo zurücklegen</li> <li>- mit Anlauf einbeinig (rechts und links) und beidbeinig in die Weite springen, z.B. über Schnur, Bananenkiste, in Reifen</li> <li>- verschiedene Gegenstände mit einer Ganzkörperstreckung weit werfen und schleudern aus dem Stand und aus der Bewegung (Tennisbälle, Schweifbälle, Schleuderball)</li> </ul> <p>Perspektiven: Körpererfahrung, Leistung, Kooperation</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln (sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten verbessern sowie individuelle Leistungsverbesserung anstreben)</li> <li>- vorgegebene Merkmale (Schwerpunkte) sport- und bewegungsbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren (Bsp. Schlagwurftechnik)</li> <li>- Interagieren (Paarläufe; Staffelspiele; kleine Spiele)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung (Bedeutung der Ausdauer)
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Gebrauch von Fachsprache, Reflexion des eigenen Bewegungshandelns
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<p>Zeiten und Weiten messen, kriteriengeleitete Techniküberprüfung</p> <p>Bsp.: Tiefstart (richtige Abfolge und Ausführung der Startvorbereitung, schnelles, flaches Aufsetzen beim ersten Laufschrift, möglichst lange gesenkter Rumpf)</p>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 12-15 Unterrichtseinheiten

## Regelstandards für das Fach Sport in Klasse 6

### Spielen (Fußball)

	<b>Niveaustufe D/E</b>
Themen und Inhalte	Fußball
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"><li>- Annehmen und Abspielen: regelgerecht den Fußball in vereinfachten Spielsituationen annehmen mit Innenseite oder Sohle und abspielen per Innenseitstoß</li><li>- Spielobjekt führen: den Fußball regelgerecht in vereinfachten Spielsituationen führen</li><li>- Abschließen: aus der Bewegung oder dem Stand zielführend abschließen per Innenseitstoß oder Innenspannstoß (differenziertes Angebot schaffen)</li><li>- Taktik: die Bewegungen der Mitspielenden (Mit-/ Gegenspieler/innen) erkennen und darauf reagieren</li><li>- Sich freilaufen und anbieten: Manndeckung in der eigenen Spielhälfte</li><li>- Einfache Finten anwenden</li></ul> Perspektiven: Körpererfahrung, Kooperation, Leistung
Kompetenzbereich(e)	Bewegen und Handeln, Interagieren (partiell Verantwortung übernehmen, z.B. Schiedsrichter/in und Spielführer/in), vorgegebene Merkmale sport- und bewegungsbezogene Handlungen wahrnehmen und nennen sowie teilweise kriteriengeleitet hinterfragen, Regeln für ein gemeinsames Spiel entwickeln und anwenden
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Stärken und Schwächen anerkennen, mannschaftsdienlich agieren)
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Kommunikation im Team vor und während des Spiels, grundlegende Fachbegriffe nennen und anwenden können, z.B. Foul, Freistoß, Aus, Innenseitstoß, Dribbling, Pass
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildreihen Informationen entnehmen und umsetzen (z.B. Innenseitstoß)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Spielfähigkeit (in kleinen Gruppen, z.B. 4 gegen 4), Techniküberprüfung als Parcours (z.B. Dribbling um Hütchen, 5x Innenseitstoß gegen eine Bank, Ballan- und -mitnahme, ins Tempodribbling, Ball stoppen oder optional Torabschluss), Bewertung von Fair-Play für den allgemeinen Teil (AT)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten

## Bewegen an Geräten (Turnen: Boden)

	Niveaustufe D-E
Themen und Inhalte	Bodenturnen
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine selbst gestaltete Bewegungsfolge mit Roll-, Dreh- und Überschlagbewegungen und Ständen <b>als Gruppe</b> flüssig und mit Körperspannung präsentieren</li> <li>- Pflichtelemente <b>für die gesamte Gruppe</b>: Rolle; Hand- oder Kopfstand mit Hilfestellung, Rad</li> </ul> <p>Perspektiven: Leistung, Kooperation, Gestaltung</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die eigenen sport- und bewegungsbezogenen Handlungen kriteriengeleitet hinterfragen</li> <li>- helfen und sichern</li> <li>- selbstständig und sicher Geräte aufbauen</li> <li>- Bewegungsmerkmale nennen und korrigieren</li> <li>- Kooperation in der Kleingruppe (Aufgaben übernehmen, Kompromisse eingehen)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Verschriftlichung der Gruppenchoreografie, Kommunikation in der Gruppe
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- turnerische Ausführung der Pflichtelemente: Körperspannung, Bewegungsfluss, Präzision, Bewegungsweite – Bewertung durch Lehrkraft und Mitschüler/innen</li> <li>- kreative Gestaltung – Bewertung durch Lehrkraft und Mitschüler/innen</li> <li>- Zusammenarbeit in der Gruppe (Kommunikation, faire Aufteilung der Elemente, Hilfestellung, Anstrengungsbereitschaft beim Erlernen neuer Elemente) – Bewertung über Selbstreflexionsbogen</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8 Unterrichtseinheiten

## Laufen, Springen, Werfen

	<b>Niveaustufe D-E</b>
Themen und Inhalte	Laufen, Springen, Werfen (50m, Tiefstart, Laufkoordination, Ausdauer: Umfang vor Intensität, Schlagwurf, Staffelläufe, Rundenstaffel, Wurf- und Laufspiele, Sprungschulung: weit und hoch)
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Kurzstrecke (ggf. mit Hindernissen) im individuell höchsten Tempo zurücklegen,</li> <li>- durchgehend ihr Alter (+ 5 Minuten) laufen. (Perspektiven: Gesundheit, Leistung)</li> <li>- mit rhythmischem Anlauf funktional in die Höhe und in die Weite springen, Absprung aus der Zone, Schwungarm- und Beineinsatz, Weitsprung in die Grube</li> <li>- Schlagballwurf 80g mit rhythmischem Anlauf und einer Ganzkörperstreckung weit werfen</li> </ul> Perspektiven: Körpererfahrung, Leistung, Kooperation
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln (sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie sportliches Können teilweise kriteriengeleitet verbessern)</li> <li>- vorgegebene Merkmale (Schwerpunkte) sport- und bewegungsbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren (Bsp. Tiefstart)</li> <li>- Interagieren (Paarläufe; Staffelspiele; kleine Spiele)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Gebrauch von Fachsprache (z.B. Weitsprungtechnik)
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Zeiten und Weiten messen, kriteriengeleitete Techniküberprüfung: z.B. Schlagwurf (3-Schritt-Anlauf → lang-kurz-lang, Vorsetzen des Gegenbeins, Gesamtkörperstreckung mit schnellkräftigem Abwurf über Kopfhöhe)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 12-15 Unterrichtseinheiten

## Regelstandards für das Fach Sport in Klasse 7

### Spielen (Basketball)

	<b>Niveaustufe E</b>
Themen und Inhalte	Basketball: Dribbling, Brust- und Bodenpass, Positionswurf, Druckwurfkorbleger aus dem Dribbling, Verteidigungsverhalten, Basketball-Spiel im 3-3 und/oder 5-5
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"><li>- regelgerecht den Basketball annehmen und abspielen</li><li>- den Basketball regelgerecht und funktional führen</li><li>- aus unterschiedlichen Tempi und Bewegungsrichtungen zielführend mit Korbleger und Positionswurf abschließen</li><li>- freie Räume, die Bewegungsrichtung des Basketballs sowie der Mitspielenden erkennen und diese für den Spielverlauf in Offensive und Defensive (Mann-Mann-Verteidigung) nutzen</li></ul> Perspektiven: Körpererfahrung, Kooperation, Leistung
Kompetenzbereich(e)	Reflektieren und Urteilen (Entscheidungen treffen und begründen), Interagieren in Offensive und Defensive, als Schiedsrichter/in Doppeldribbling, Aus und Schrittfehler erkennen, vorgegebene Merkmale sport- und bewegungsbezogene Handlungen wahrnehmen und nennen sowie kriteriengeleitet hinterfragen, Regeln anwenden
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Stärken und Schwächen anerkennen, mannschaftsdienlich agieren)
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Anwendung von Fachsprache (z.B. Foul, Dribbling, Brustpass, Korbleger), Interaktion durch Kommunikation
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildreihen Informationen entnehmen und umsetzen (z.B. Druckwurfkorbleger, Positionswurf)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Spielfähigkeit (5-5 oder 3-3), Druckwurfkorbleger aus dem Dribbling
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten



## Kämpfen nach Regeln

	<b>Niveaustufe E</b>
Themen und Inhalte	Kämpfen um Gegenstände, Körperpositionen, Körperberührungen, Raum
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- selbstständig erarbeitete Lösungsansätze zum Erobern, Einnehmen bzw. Verteidigen von Gegenständen, Körperpositionen und Raum im Stand und am Boden umsetzen (z.B.: Raufspiele, Zieh- und Schiebekämpfe, Partner- und Gruppenkämpfe)</li> <li>- ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten zielgerichtet und kontrolliert einsetzen (z.B. in Kämpfen die Kraft dosiert einsetzen, Rücksicht auf andere nehmen)</li> <li>- nach Einwirkung des Partners aus unterschiedlichen Ausgangslagen sicher und kontrolliert fallen</li> <li>- Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen</li> </ul> <p>Perspektiven: Kooperation, Körpererfahrung, Wagnis, Gesundheit</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in komplexen sport- und bewegungsbezogenen Situationen den vorgegebenen bzw. gemeinsam erarbeiteten Regeln entsprechend interagieren</li> <li>- unter Anleitung Verantwortung in unterschiedlichen Funktionen übernehmen (z. B. als Schiedsrichter bzw. bei kooperativen Aufgaben in Kleingruppen)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gewaltprävention Fakultativ: Selbstverteidigung im Rahmen eines Projektes
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Kommunizieren in der Gruppe und Verbalisieren von Regeln
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Informationen aus Lernkarten entnehmen und praktisch umsetzen
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<p>Bewertet werden kann:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- das Aufstellen und Einhalten von Regeln und Ritualen;</li> <li>- das Kooperieren in der Gruppe;</li> <li>- das Ausüben von Schiedsrichtertätigkeiten und</li> <li>- das Organisieren und Durchführen von Turnieren</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 4 Unterrichtseinheiten

## Bewegen an Geräten (Turnen: Sprung und Boden)

	<b>Niveaustufe E</b>
Themen und Inhalte	Bodenturnen, Sprung
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine unter Anleitung erarbeitete Bewegungsfolge am Boden mit Roll-, Dreh- und Überschlagbewegungen und Ständen flüssig und mit Körperspannung präsentieren, Pflichtelemente: Rolle; Hand- oder Kopfstand mit Hilfestellung und/oder Rad; gymnastische Elemente als Verbindungsteile</li> <li>- eine hohe Anlaufgeschwindigkeit in einen Sprung über ein Hindernis umsetzen und sicher landen (Hocke, Grätsche oder Hockwende über Bock, Kasten oder Sprungtisch)</li> </ul> <p>Perspektiven: Leistung, Körpererfahrung, Kooperation (Helfen und Sichern)</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maßnahmen und Methoden des Helfens und Sicherns kennen und anwenden</li> <li>- selbstständig und sicher Geräte aufbauen</li> <li>- Bewegungsmerkmale nennen und korrigieren</li> <li>- wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Verwendung von Arbeitskarten zum Erlernen turnerischer Elemente
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<p>Kriterien: turnerische Ausführung der Pflichtelemente: Körperspannung, Bewegungsfluss, Dynamik, Präzision, Bewegungsweite – Bewertung durch Lehrkraft und Mitschüler/innen</p> <p><u>außerdem:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. kreative Gestaltung – Bewertung durch Lehrer und Mitschüler/innen</li> <li>2. sichere Landung; erkennbare erste und zweite Flugphase; Art des Sprunges und des gewählten Gerätes muss bei der Bewertung berücksichtigt werden</li> </ol>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten

## Laufen, Springen, Werfen

	<b>Niveaustufe E</b>
Themen und Inhalte	Laufen, Springen, Werfen (75m, Tiefstart, Laufkoordination, Ausdauer: Umfang vor Intensität, Schlagwurf mit Anlauf, Staffelläufe, Rundenstaffel, Wurf- und Laufspiele, Schrittsprung in die Weite, Scher- und Flopsprung in die Höhe, Leichtathletik Wettkampf
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Kurzstrecke (ggf. mit Hindernissen) im individuell höchsten Tempo unter wettkampfnahen Bedingungen zurücklegen,</li> <li>- durchgehend 20 min laufen (z.B. Waldlauf) Perspektiven: Gesundheit, Leistung</li> <li>- Weitsprung (aus der Zone) und Hochsprung (Scher- oder Flopsprung)</li> <li>- vielfältige Wurfschulung mit verschiedenen Wurfgeräten und auf Ziele (Bsp. Stationstraining), Schlagball 80g/200g mit einer Ganzkörperstreckung unter wettkampfnahen Bedingungen weit werfen</li> </ul> <p>Perspektiven: Körpererfahrung, Leistung, Kooperation</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln (sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie sportliches Können kriteriengeleitet verbessern)</li> <li>- vorgegebene Merkmale (Schwerpunkte) sport- und bewegungsbezogener Handlungen nennen, wahrnehmen und korrigieren (Bsp. Hochsprung)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Gebrauch von Fachsprache
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildinformationen und Bewegungsanweisungen in konkretes Bewegungshandeln umsetzen (Bildreihen z.B. beim Hochsprung)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	kooperative Unterrichtsstrukturen, Reflexionsformen
Formate der Leistungsbewertung	Zeiten und Weiten messen, kriteriengeleitete Techniküberprüfung Bsp.: Weitsprung (gesteigerter Anlauf mit flüssigem Übergang zum einbeinigen Absprung, aktiver Schwungbeineinsatz, Nachziehen des Sprungbeins, parallele, beidbeinige Landung)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 12-15 Unterrichtseinheiten

## Regelstandards für das Fach Sport in Klasse 8

### Spielen (Handball)

	<b>Niveaustufe F</b>
Themen und Inhalte	Handball in hinführenden Spielformen mit dem Ziel 7-7 (z.B. Mattenball, Brettball, Treibball, Endzonen-Ball, Parteiball-Varianten)
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Annehmen und Abspielen: regelgerecht und funktional den Handball annehmen und abspielen</li> <li>- Spielobjekt führen: den Handball regelgerecht und funktional führen</li> <li>- Abschließen: aus unterschiedlichen Tempi und Bewegungsrichtungen zielführend abschließen (z.B. Schlagwurf mit Stemmschritt, Sprungwurf mit einbeinigem Absprung und beidbeiniger Landung)</li> <li>- Taktik: freie Räume, die Bewegungsrichtung eines Spielobjekts sowie der Mitspielenden erkennen und diese für den Spielverlauf in Offensive (feste Positionen) und Defensive (Mann- oder Raumdeckung, z.B. 6:0 oder kleinere Spielformen) nutzen</li> </ul> Perspektiven: Leistung, Kooperation, Körpererfahrung
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln</li> <li>- Interagieren (partiell Verantwortung übernehmen, z.B. Schiedsrichter/in und Spielführer/in), Entscheidungen für ihr eigenes sport- und bewegungsbezogenes Handeln formulieren und begründen, Mitgestaltung von Unterrichtssequenzen</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Stärken und Schwächen anerkennen, mannschaftsdienlich agieren)
Bezüge zur Sprachbildung ( Teil B)	Interaktion durch Kommunikation in Offensive und Defensive, grundlegende Fachbegriffe nennen und anwenden können (z.B. Foul, Freiwurf, Aus, Prellen, Dribbling, Pass, Schlagwurf, Sprungwurf)
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildreihen, Videos und Taktikboards Informationen entnehmen und umsetzen (z.B. Schlagwurf, Sprungwurf, defensive und offensive Aufstellungen)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Spielfähigkeit (in kleinen Gruppen, z.B. 6 gegen 6), Techniküberprüfung (direkter Pass zum Partner, Rückpass, Torwurf: Schlag- oder Sprungwurf)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten

## Bewegen an Geräten (Turnen: Barren/Reck; Parkoursport)

	Niveaustufe F
Themen und Inhalte	Barren / Reck; Parkoursport
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Barren / Reck</u>: eine unter Anleitung erarbeitete Bewegungsfolge mit Dreh- und Überschlagbewegungen am Reck flüssig und mit Körperspannung präsentieren; Pflichtelemente: ein Aufgang, ein Mittelteil, ein Abgang</li> </ul> <p>oder: mit Körperspannung und im Rahmen einer Bewegungsfolge rhythmisch am Barren schwingen und stützen; Pflichtelemente: ein Aufgang, ein Mittelteil, ein Abgang (z.B. Springen in den Stütz, Schwingen im Stütz; Kehre oder Wende) – optional als Partnerübung</p> <p>Perspektiven: Leistung, Körpererfahrung, Kooperation (Helfen und Sichern)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>Parkoursport</u>: sich in einem Geräteparkour so verhalten, dass mehrere gleichzeitig aktiv sein können, ohne sich dabei gegenseitig zu behindern; zur variablen Überwindung von Hindernissen stützen, klettern, springen und sicher landen; Bewegungsfolgen mit Elementen unterschiedlicher Elementegruppen (s.o.) unter Anleitung gestalten und präsentieren</li> </ul> <p>Perspektiven: Wagnis, Körpererfahrung</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maßnahmen und Methoden des Helfens und Sicherns kennen und anwenden</li> <li>- selbstständig und sicher Geräte aufbauen</li> <li>- Bewegungsmerkmale nennen und korrigieren</li> <li>- wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandeln umsetzen</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	

Formate der Leistungsbewertung	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kriterien Barren / Reck: turnerische Ausführung der Pflichtelemente: Körperspannung, Bewegungsfluss, Dynamik, Präzision, Bewegungsweite – Beurteilung durch Lehrkraft und Mitschüler/innen</li> <li>- Kriterien Parkour: Dynamik, Bewegungsfluss, Präzision, Beachtung von Sicherheitsregeln</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ (jeweils) 6 Unterrichtseinheiten

## Laufen, Springen, Werfen

	<b>Niveaustufe F</b>
Themen und Inhalte	Laufen, Springen, Werfen (75m, Tiefstart, Laufkoordination, rhythmisches Überlaufen von flachen Hindernissen, Ausdauer: Mittelstrecke, Schlagwurf auf dem Anlauf, Staffelläufe, Rundenstaffel, Wurf- und Laufspiele, Schrittsprung in die Weite, Scher- und Flopsprung in die Höhe, Leichtathletik Wettkampf)
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Kurzstrecke unter Wettkampfbedingungen zurücklegen,</li> <li>- eine Mittelstrecke unter wettkampfnahen Bedingungen zurücklegen (800m), Dauerläufe von 12-30 Minuten (Bsp.: Coopertest, Waldlauf im Steinbergpark mit Pulsmessung) (Perspektiven: Gesundheit, Leistung)</li> <li>- mit rhythmischem Anlauf funktional in die Höhe (Scher- oder Flopsprung) und in die Weite (aus der Zone mit individueller Anlauflänge) unter wettkampfnahen Bedingungen springen</li> <li>- Schlagballwurf aus dem Anlauf 200g-Ball, Gegenstände mit rhythmischem Anlauf und einer Ganzkörperstreckung unter wettkampfnahen Bedingungen weit werfen und technikorientiert stoßen</li> </ul> Perspektiven: Körpererfahrung, Leistung, Kooperation
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln (sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie sportliches Können kriteriengeleitet verbessern und präsentieren),</li> <li>- Methoden anwenden: Auswirkungen sportlicher Belastung und Erholung beschreiben; optional ihren Lernstand und ihre Leistungsentwicklung kriteriengeleitet dokumentieren (Pulsmessung)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Gebrauch von Fachsprache
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildinformationen und Bewegungsanweisungen in konkretes Bewegungshandeln umsetzen Optional: Lauftagebuch führen
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	Optional Biologie: Atemtechniken/Pulsmessung in Ruhe/Belastung
Formate der Leistungsbewertung	Zeiten und Weiten messen, kriteriengeleitete Techniküberprüfung, z.B. Flop (bogenförmiger Anlauf, Absprung mit lattenfermem Bein, Überquerung der Latte mit dem Rücken, flüssige Gesamtbewegung)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 12 Unterrichtseinheiten

## Regelstandards für das Fach Sport in Klasse 9

### Spielen (Volleyball)

	<b>Niveaustufe G</b>
Themen und Inhalte	Volleyball: Annahme und Zuspiel durch unteres und oberes Zuspiel, Aufschlag von unten und oben, Regelkunde
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"><li>- regelgerecht und funktional den Volleyball annehmen und abspielen</li><li>- abgestimmte unterschiedliche individual- und gruppen-/ mannschaftstaktische Verhaltensweisen in offensiven und defensiven Spielsituationen (3 gegen 3 oder 4 gegen 4) anwenden (z.B. Annahme, Zuspiel, Angriffsschlag/Ball übers Netz spielen)</li><li>- die grundlegenden Regeln in Spielsituationen anwenden</li></ul> Perspektiven: Körpererfahrung, Kooperation, Leistung
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Methoden anwenden (Merkmale sport- und bewegungsbezogener Handlungen für unteres und oberes Zuspiel nennen, wahrnehmen und korrigieren)</li><li>- den Regeln entsprechend agieren, Mitgestaltung von Prüfungen</li></ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Stärken und Schwächen anerkennen, mannschaftsdienlich agieren)
Bezüge zur Sprachbildung ( Teil B)	Anwendung von Fachsprache (unteres und oberes Zuspiel benennen können), Interaktion durch Kommunikation
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildreihen und Videos selbstständig Informationen entnehmen und umsetzen (z.B. Angriffsschlag (mit Zuspiel), oberes und unteres Zuspiel)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Überprüfung des unteren und oberen Zuspiels in Form einer Komplexübung (Annahme, Zuspiel, gezieltes Überspielen des Netzes), Aufschlag von unten, Spielfähigkeit (Kleinfeld 3-3, 4-4 oder Großfeld 6-6)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten



## Bewegen an Geräten (Turnen: Sprung; alternativ: Parkoursport)

	Niveaustufe G
Themen und Inhalte	Sprung
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine hohe Anlaufgeschwindigkeit in einen Sprung über ein Hindernis umsetzen und sicher landen (Hocke, Grätsche oder Handstützüberschlag über Kasten längs oder quer oder Sprungtisch)</li> </ul> <p>Perspektiven: Leistung, Körpererfahrung, Kooperation (Helfen und Sichern)</p> <p><u>Alternativ:</u> zur variablen Überwindung von Hindernisfolgen stützen und klettern (Parkour)</p> <p>Perspektiven: Wagnis, Körpererfahrung</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maßnahmen und Methoden des Helfens und Sicherns kennen und anwenden</li> <li>- selbstständig und sicher Geräte aufbauen</li> <li>- Bewegungsmerkmale nennen und korrigieren</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- turnerische Ausführung der Pflichtelemente: Körperspannung, Bewegungsfluss, Dynamik, sichere Landung</li> <li>- erkennbare erste und zweite Flugphase</li> <li>- Art des Sprunges und des gewählten Gerätes muss bei der Bewertung berücksichtigt werden</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 6 Unterrichtseinheiten

## Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

	<b>Niveaustufe G</b>
Themen und Inhalte	Laufen, Springen, Werfen, Stoßen (100m, Kugelstoßen, Hochsprung, Überlaufen von verschiedenen Hindernissen, Ausdauer: Mittelstrecke, Staffelläufe, Schritt- und Hangsprung in die Weite, Flossprung in die Höhe, Leichtathletik Wettkampf)
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- 100m aus dem Tiefstart zurücklegen</li> <li>- eine Kurzstrecke mit Hindernissen rhythmisch und schnell überlaufen</li> <li>- eine Mittelstrecke zurücklegen (800m)</li> <li>- in 12-Minuten eine möglichst lange Strecke zurücklegen (12-Minutenlauf)</li> <li>- Technik in Hoch- und/oder Weitsprung verbessern und erweitern</li> <li>- die Kugel mit Hilfe des Anleitens oder des Nachstellschritts stoßen</li> </ul> Perspektiven: Leistung, Gesundheit
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln (sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie sportliches Können kriteriengeleitet verbessern)</li> <li>- Reflektieren (Entscheidungen für ihr eigenes sport- und bewegungsbezogenes Handeln formulieren und teilweise begründen)</li> <li>- Methoden anwenden: Auswirkungen sportlicher Belastung und Erholung beschreiben</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Gebrauch von Fachsprache
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bilderinformationen und Bewegungsanweisungen in konkretes Bewegungshandeln umsetzen (Bsp. Kugelstoßen)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Zeiten und Weiten messen, kriteriengeleitete Techniküberprüfung, z.B. Kugelstoßen: Nachstellschritt (deutliche Gewichtsverlagerung, Kugel befindet sich möglichst lang am Hals, Verwringung des Oberkörpers, schnellkräftige Gesamtkörperstreckung, flüssiger Bewegungsablauf)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 10-12 Unterrichtseinheiten

## Bewegungsfolgen gestalten und darstellen (Aerobic, moderne Tanzchoreografien, Tanzen mit Geräten)

	<b>Niveaustufe G</b>
Themen und Inhalte	Aerobic, moderne Tanzchoreografien, Tanzen mit Geräten, Rope-Skipping
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Bewegungsfolge nach einem Rhythmus, eventuell mit einem Partner oder in der Gruppe nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien selbstständig gestalten und präsentieren</li> </ul> <p><b>oder</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Bewegungsfolge mit einem oder mehreren Gegenständen / Geräten (z.B. Band, Seil, Ball, Stuhl, Hut...) nach vorgegebenen oder selbst erarbeiteten Kriterien selbstständig gestalten und präsentieren</li> </ul> <p>Perspektiven: Gestaltung, Kooperation, Leistung</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die eigenen sport- und bewegungsbezogenen Handlungen kriteriengeleitet hinterfragen, verbessern und präsentieren</li> <li>- mit Formen der Bewegung kreativ umgehen</li> <li>- kooperativ in der Gruppe handeln und sich gezielt unterstützen (z.B. kreative Ideen einbringen, sich gegenseitig korrigieren)</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung (z.B. Beachten von Grundsätzen der Funktionsgymnastik; Wahrnehmen von Körperpositionen und Bewegungen; gesunde Körperhaltung)
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	Musik (z.B. Rhythmus, Takt, Zählzeiten, Musikstile)
Formate der Leistungsbewertung	<p>Mögliche Kriterien zur Bewertung einer Tanzchoreografie (Einzel- oder Gruppenchoreografie):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperspannung, Bewegungsfluss, Präzision (z.B. bei bestimmten Techniken aus Tanzstilen), Bewegungsumfang, Rhythmik, Nutzung des Raumes – Bewertung durch Lehrer und Mitschüler</li> <li>- bei Gruppenchoreografien zusätzlich Synchronität, Zusammenarbeit in der Gruppe (Kommunikation, Anstrengungsbereitschaft beim Erlernen neuer Elemente) – Bewertung über Selbstreflexionsbogen</li> <li>- kreative Gestaltung, Musikauswahl – Bewertung durch Lehrkraft und Mitschüler/innen</li> </ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8 Unterrichtseinheiten

## Regelstandards für das Fach Sport in Klasse 10

### Spielen (Badminton)

	<b>Niveaustufe H</b>
Themen und Inhalte	Badminton: Kurzer Aufschlag, hoher Aufschlag, Überkopf-Clear, Unterhand-Clear, Drop, Regelkunde, Badminton als Spiel im Doppel und Einzel
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"><li>- regelgerecht und funktional den Badminton-Ball mit den genannten Techniken ins gegnerische Feld spielen und zurückspielen</li><li>- den Badminton-Schläger richtig halten (Hammer-Haltung/Handshake-Haltung)</li><li>- Phasenstrukturen der Schläge (Aushol-, Schlag- und Ausschwingphase) benennen</li></ul> Perspektiven: Körpererfahrung, Kooperation, Leistung
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"><li>- Methoden anwenden (Merkmale sport- und bewegungsbezogener Handlungen für kurzen Aufschlag, hohen Aufschlag, Überkopf-Clear, Unterhand-Clear, Drop nennen, wahrnehmen und korrigieren),</li><li>- Mitgestaltung von Prüfungssituationen</li><li>- Ausführung verschiedener Funktionen (z.B. Beobachter/in, operative Aufgaben im Doppel)</li></ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Stärken und Schwächen anerkennen, mannschaftsdienlich agieren)
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Anwendung von Fachsprache, Interaktion durch Kommunikation
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildreihen und Videos Informationen entnehmen und umsetzen (z.B. Unterhand-Clear, Überkopf-Clear, Drop, Aufschlag)
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	<ul style="list-style-type: none"><li>- Hoher Aufschlag über ein erhöhtes Ziel ins Hinterfeld</li><li>- Vorhand-Überkopf-Clear in Partnerübung, Fluss-Übung: 1. Vorhand-Überkopf-Clear, 2. Drop, 3. Vorhand-Unterhand-Clear (als Endlosschleife)</li></ul>
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 6-8 Unterrichtseinheiten + Vertiefung eines anderen Sportspiels: auch 6-8 Unterrichtseinheiten

## Bewegen an Geräten (Turnen: Boden, Barren/Stufenbarren)

	Niveaustufe H
Themen und Inhalte	Boden, Barren/Stufenbarren
Konkretisierung	<p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine selbstständig erarbeitete Bewegungsfolge am Boden mit Roll-, Dreh- und Überschlagbewegungen und Ständen flüssig und mit Körperspannung präsentieren (Pflichtelemente: Rolle; Hand- oder Kopfstand und Rad/Radwende; gymnastische Elemente als Verbindungsteile; optional: Handstützüberschlag)</li> <li>- mit Körperspannung im Rahmen einer Bewegungsfolge rhythmisch am Barren schwingen und stützen; Pflichtelemente: ein Aufgang, zwei Mittelteile, ein Abgang (z.B. Springen in den Stütz, Schwingen im Stütz mit Variation; Kehre oder Wende) <b>oder</b></li> <li>- mit Körperspannung eine Bewegungsfolge rhythmisch am Stufenbarren präsentieren; Pflichtelemente: ein Aufgang, zwei Mittelteile, ein Abgang (z.B. Springen in den Stütz, Überspreizen; Aufschwung zum oberen Holm; Fenstersprung)</li> </ul> <p>Perspektiven: Leistung, Körpererfahrung, Kooperation (Helfen und Sichern)</p>
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maßnahmen und Methoden des Helfens und Sicherns kennen und anwenden</li> <li>- sichere Lernumgebungen selbstständig gestalten</li> <li>- Bewegungsmerkmale nennen und korrigieren</li> <li>- selbstständig wesentliche Informationen aus Medien und Bewegungsbeschreibungen entnehmen und diese in Bewegungshandeln umsetzen; ggf. diese anderen vermitteln</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Arbeit mit Lehrbüchern und Lernkarten, Beurteilung von Mitschülern/-innen anhand von Beobachtungsbögen
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Kriterien: turnerische Ausführung der Pflichtelemente: Körperspannung, Bewegungsfluss, Dynamik, Präzision, Bewegungsweite, sichere Landung (bei 2.); Schwierigkeitsgrad
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 8-10 Unterrichtseinheiten

## Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

	<b>Niveaustufe H</b>
Themen und Inhalte	Laufen, Springen, Werfen, Stoßen (100m, Kugelstoßen oder Speerwurf, Hochsprung, 60m Hürdenlauf mit ggf. individuellen Abständen, Ausdauer, Staffelläufe, Schritt- und Hangsprung in die Weite, Flopsprung in die Höhe, Leichtathletik Wettkampf)
Konkretisierung	Die Schülerinnen und Schüler können ... <ul style="list-style-type: none"> <li>- schnell und rhythmisch über Hindernisse laufen</li> <li>- 100m aus dem Tiefstart bei verbesserter Start- und Lauftechnik zurücklegen</li> <li>- eine vorgegebene Mittelstrecke (800m oder 2000m) in möglichst kurzer Zeit zurücklegen</li> <li>- Technik in Hoch- und/oder Weitsprung verbessern und erweitern</li> <li>- optional: den Speer aus dem 3- oder 5-Schrittrhythmus weit werfen</li> </ul> Perspektiven: Leistung, Gesundheit
Kompetenzbereich(e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegen und Handeln (sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie sportliches Können kriteriengeleitet verbessern)</li> <li>- Reflektieren (Entscheidungen für ihr eigenes sport- und bewegungsbezogenes Handeln formulieren und teilweise begründen)</li> <li>- Methoden anwenden: Auswirkungen sportlicher Belastung und Erholung beschreiben</li> </ul>
Bezüge zu übergreifenden Themen (Auswahl, Teil B)	Gesundheitsförderung
Bezüge zur Sprachbildung (Teil B)	Gebrauch von Fachsprache
Bezüge zur Medienbildung (Teil B)	Bildinformationen und Bewegungsanweisungen in konkretes Bewegungshandeln umsetzen
Fächerverbindende Bezüge und Absprachen (auch Methoden)	
Formate der Leistungsbewertung	Zeiten und Weiten messen, kriteriengeleitete Techniküberprüfung, z.B. Hürdenlauf (3-Schritt-Rhythmus, deutlich erkennbarer Schwungbeineinsatz, seitliches Auswinkeln des Nachziehbeins)
Zeitlicher Rahmen (UE)	~ 10-12 Unterrichtseinheiten

## Sport in der Gymnasialen Oberstufe

Sport ist durchgängig Pflichtfach.

In der Qualifikationsphase (1. bis 4. Semester) muss pro Semester ein Grundkurs Sportpraxis belegt werden.

Geblockte Kurse (z.B. Gleiten auf Schnee) können nur zusätzlich belegt werden, können allerdings auch in die Gesamtqualifikation (GQ) eingebracht werden.

Es können maximal vier Kurse Sportpraxis in den Kursblock der GQ eingebracht werden.

### 1. Kursthemen Sportpraxis am Humboldt-Gymnasium

Die Kursthemen werden acht Bewegungsfeldern zugeordnet.

**Sport als 4. Prüfungsfach:** Die Sportarten, aus denen Aufgaben für den praktischen Teil der Abiturprüfung gewählt werden können, sind **fett** gedruckt.

<u>Bewegungsfeld</u>	<u>Kursthema</u>
A Laufen, Springen, Werfen	<b>Leichtathletik</b>
B Bewegen im Wasser	<b>Schwimmen</b>
C Bewegen an und mit Geräten	<b>Turnen</b> Klettern
D Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	<b>Gymnastik/Tanz</b>
E Fahren, Gleiten, Rollen	<b>Rudern</b>
F Mit/gegen Partner kämpfen	Skifahren <b>(Judo)</b>
G Spielen	<b>Basketball</b> <b>Fußball</b> <b>Handball</b> <b>Volleyball</b> <b>Badminton</b> <b>Tischtennis</b>
H Den Körper trainieren, die Fitness verbessern	Fitness und Gesundheit

### 2. Bewertung in den Sportpraxiskursen

In allen Grundkursen Sportpraxis werden der „Allgemeine Teil“ (AT) und die Abschlussleistung nach der üblichen Grundkurswertung wie 2:1 gewichtet.

Die Beurteilung des AT orientiert sich an Qualifikationen in den Bereichen Sach-, Methoden-, Sozial- und personaler Kompetenz.

Die Abschlussleistung setzt sich in allen semesterbegleitenden Grundkursen Sportpraxis wie folgt zusammen:

- eine kursspezifische zweiteilige **Praxisprüfung** (je nach Aufgabenart ggf. mit reflexiven Anteilen)
- eine kursspezifische schriftliche **Theorieprüfung** (max. 30 Minuten)
- **12-Minuten-Lauf** (oder alternative Ausdauerleistung, wenn von der Kursleitung angeboten)

Alle erbrachten Leistungen (zwei Praxisteile, Theorieprüfung, 12-Minutenlauf) werden gleich gewichtet.

Bei den zusätzlich belegten geblockten Grundkursen Sportpraxis ist der 12-Minuten-Lauf nicht Bestandteil der Abschlussprüfung (nur zweiteilige Praxisprüfung und schriftliche Theorieprüfung).

## Sport im Abitur am Humboldt-Gymnasium

### 1. Belegverpflichtungen / Gesamtqualifikation

Ist Sport Prüfungsfach, sind zwei Pflichtkurse in Sporttheorie (3. + 4. Semester) und in jedem Kurshalbjahr ein Pflichtkurs Sportpraxis zu belegen.

In den ersten Block der Gesamtqualifikation **müssen** eingebracht werden:

1. bei **Sport als 4. Prüfungsfach** ein Kurs Sporttheorie (eigene Auswahl) sowie drei Kurse Sportpraxis; ein weiterer Kurs Sportpraxis oder Sporttheorie kann eingebracht werden
2. bei **Sport als 5. Prüfungskomponente** der zuletzt belegte Kurs in Sporttheorie
3. wenn **Sport sowohl 4. Prüfungsfach als auch 5. Prüfungskomponente (BLL)** ist, der zuletzt besuchte Kurs in Sporttheorie und drei Kurse Sportpraxis

Es ist jeweils möglich, bis zu 4 Kurse Sportpraxis in die Gesamtqualifikation einzubringen.

### 2. Praktischer Teil der besonderen Fachprüfung

Der praktische Teil der besonderen Fachprüfung besteht aus folgenden Teilen:

1. **dreiteilige Prüfungsaufgabe**
2. **zweiteilige Prüfungsaufgabe**
3. **12-Minuten-Lauf**

#### Wichtig:

- es müssen mindestens **zwei Bewegungsfelder** und **zwei unterschiedliche Aufgabenarten** abgedeckt werden
- eine Prüfungsaufgabe ist **wettkampfmäßig (in allen Teilen)**
- eine Teilaufgabe muss **reflexive Anteile** enthalten (reflexiver Anteil geht mit einem Drittel in die Teilaufgabe ein)
- Leistungen in der wettkampfmäßigen Aufgabe: **Leistungsstufe II**
- **L-S-W**: nur Wettkampf bestehend aus drei Disziplinen (Laufen-Springen-Werfen/Stoßen) möglich
- **Bewegen im Wasser**: verschiedene Stilarten und Strecken (dreiteilig: drei verschiedene Stile, mindestens zwei verschiedene Streckenlängen); nur Wettkampf möglich



## 2.1 Aufgabenarten

Aufgabenart	Kurzname	Beschreibung der Aufgabenart
1	Wettkampf gemäß Norm	Aufgaben, in denen die individuelle Leistung sich an Normwerten orientiert
2	Wettkampfsituation	Aufgaben, in denen die sportliche Handlungsfähigkeit im Wettkampf oder einer wettkampfnahen Situation mit Gegner nachgewiesen wird
3	Demonstration (3 Techniken)	Demonstration einer sportlichen Fertigkeit oder einer taktischen Variante nach vorgegebenen Kriterien
4	Situative Anwendung (2 Situationen)	Aufgaben, in denen Bewegungsfertigkeiten und –fähigkeiten in vorgegebenen Situationen angewendet werden
5	Gestaltung	Aufgaben, die begründete Gestaltungsentscheidungen fordern

## 2.2 Welche Aufgabenarten können bei welchen Sportarten gewählt werden?

Aufgabenart	LA	SW	G/T	Spiel	Judo	RU	Turnen
1 WK Norm	ja	ja	ja	nein	nein	nein	ja
2 WK Situation	nein	nein	nein	ja	ja	nein	nein
3 Demonstration	nein	nein	nein	ja	ja	ja	nein
4 Situative Anwendung	nein	nein	nein	ja	ja	ja	nein
5 Gestaltung	nein	nein	ja	nein	nein	nein	ja

LA – Leichtathletik, SW – Schwimmen, G/T – Gymnastik/Tanz, RU - Rudern

## 3. Mündlicher Teil der besonderen Fachprüfung

- Die Prüfungsaufgabe besteht aus zwei Teilaufgaben (je ca. 50 %).
- Eine Teilaufgabe muss Material zur Auswertung (Diagramm, Tabelle, Text o.Ä.) einbeziehen.
- Inhalte der beiden Kurse Sporttheorie, zwei Kenntnisbereiche
- alle drei Anforderungsbereiche sollen berücksichtigt werden („Kennen, Verwenden, Urteilen“)

## 4. Gesamturteil der besonderen Fachprüfung im Fach Sport als 4. PF

Leistungen im praktischen Teil : Leistungen im mündlichen Teil der Prüfung =  
**2 : 1**

Bei null Punkten in einem der beiden Prüfungsteile können im Gesamturteil maximal drei Punkte erreicht werden, es sei denn, der Ausfall im praktischen Teil ist verletzungsbedingt. Bei drei Punkten oder weniger in einem der beiden Prüfungsteile können im Gesamturteil maximal sechs Punkte vergeben werden, es sei denn, der Ausfall im praktischen Teil ist verletzungsbedingt.

# Leistungstabellen Leichtathletik

## Mädchen 5. Klasse

	50 m	800 m	Minutenlauf	Weit	Hoch	Wurf 80g
1+	08,1	03:30		3,37	1,04	24,7
1	08,3	03:38	19:34	3,28	1,02	23,7
1-	08,5	03:46		3,18	1,00	22,7
2+	08,7	03:54		3,08	0,98	21,6
2	08,9	04:02	16:29	2,98	0,95	20,6
2-	09,1	04:09		2,87	0,92	19,6
3+	09,3	04:17		2,77	0,89	18,5
3	09,5	04:25	13:23	2,67	0,85	16,5
3-	09,8	04:34		2,56	0,82	14,4
4+	10,1	04:42		2,46	0,79	12,4
4	10,4	04:51	10:18	2,36	0,76	10,3
4-	10,7	05:00		2,26	0,73	9,3
5+	11,1	05:09		2,14	0,69	7,2
5	11,4	05:19	07:13	2,03	0,65	6,2
5-	11,8	05:29		1,92	0,61	5,2

## Jungen 5. Klasse

	50 m	800 m	Minutenlauf	Weit	Hoch	Wurf 80g
1+	08,1	03:11		3,61	1,10	36,1
1	08,2	03:19	21:38	3,51	1,08	35,0
1-	08,4	03:27		3,42	1,06	34,0
2+	08,6	03:34		3,32	1,04	33,0
2	08,8	03:42	17:31	3,21	1,01	30,9
2-	09,0	03:50		3,11	0,98	28,8
3+	09,2	03:58		3,01	0,95	26,8
3	09,4	04:05	13:23	2,90	0,92	24,7
3-	09,6	04:14		2,80	0,89	22,7
4+	09,8	04:23		2,70	0,85	20,6
4	10,1	04:32	10:18	2,60	0,82	18,5
4-	10,4	04:40		2,48	0,79	16,5
5+	10,7	04:50		2,37	0,75	14,4
5	11,0	05:00	07:13	2,26	0,71	13,4
5-	11,3	05:09		2,14	0,67	12,4

## Mädchen 6. Klasse

	50 m	800 m	Minutenlauf	Weit	Hoch	Wurf 80g
1+	08,0	03:21		3,64	1,12	27,8
1	08,1	03:29	22:40	3,53	1,10	26,8
1-	08,3	03:36		3,43	1,08	25,8
2+	08,5	03:44		3,33	1,05	24,7
2	08,7	03:52	18:32	3,22	1,02	23,7
2-	08,9	04:00		3,12	0,99	22,7
3+	09,1	04:07		3,02	0,96	20,6
3	09,3	04:15	14:25	2,90	0,93	18,5
3-	33,6	04:24		2,79	0,90	16,5
4+	09,9	04:33		2,68	0,87	14,4
4	10,2	04:41	11:20	2,56	0,83	12,4
4-	10,5	04:50		2,45	0,80	10,3
5+	10,9	05:00		2,33	0,76	9,3
5	11,3	05:09	09:16	2,20	0,72	8,2
5-	11,6	05:19		2,08	0,68	7,2

## Jungen 6. Klasse

	50 m	800 m	Minutenlauf	Weit	Hoch	Wurf 80g
1+	07,8	02:57		3,91	1,19	43,3
1	08,0	03:04	25:45	3,81	1,16	41,2
1-	08,1	03:12		3,71	1,13	39,1
2+	08,3	03:20		3,61	1,10	37,1
2	08,5	03:28	20:36	3,50	1,07	35,0
2-	08,7	03:35		3,39	1,04	33,0
3+	08,9	03:43		3,28	1,01	30,9
3	09,1	03:51	15:27	3,16	0,98	28,8
3-	09,3	04:00		3,05	0,95	26,8
4+	09,5	04:08		2,94	0,92	24,7
4	09,8	04:17	11:20	2,82	0,89	22,7
4-	10,1	04:26		2,71	0,85	20,6
5+	10,4	04:35		2,59	0,81	18,5
5	10,7	04:45	09:16	2,46	0,77	17,5
5-	11,0	04:55		2,34	0,73	16,5

## Mädchen 7. Klasse

	75 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 3kg
1+	11,3	03:17	08:49	3,81	1,18	29,0	7,10
1	11,5	03:25	09:12	3,70	1,15	28,0	6,80
1-	11,7	03:33	09:35	3,59	1,12	27,0	6,50
2+	11,9	03:41	09:58	3,48	1,09	26,0	6,20
2	12,2	03:49	10:21	3,37	1,06	25,0	5,90
2-	12,5	03:57	10:44	3,26	1,03	24,0	5,60
3+	12,8	04:05	11:07	3,15	1,00	22,0	5,30
3	13,1	04:13	11:30	3,04	0,97	20,0	5,00
3-	13,4	04:22	11:53	2,93	0,94	18,0	4,70
4+	13,7	04:31	12:16	2,82	0,91	16,0	4,40
4	14,0	04:40	12:40	2,70	0,88	14,0	4,10
4-	14,3	04:49	13:04	2,58	0,85	12,0	3,80
5+	14,7	04:59	13:28	2,46	0,82	11,0	3,50
5	15,1	05:09	13:52	2,34	0,79	10,0	3,20
5-	15,5	05:19	14:16	2,22	0,76	9,0	2,90

## Jungen 7. Klasse

	75 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 4 kg
1+	10,8	02:47	07:48	4,14	1,24	46,00	7,70
1	11,0	02:55	08:10	4,03	1,21	44,00	7,40
1-	11,2	03:03	08:32	3,92	1,18	42,00	7,10
2+	11,4	03:11	08:54	3,81	1,15	40,00	6,80
2	11,7	03:19	09:16	3,70	1,12	38,00	6,50
2-	12,0	03:27	09:38	3,59	1,09	36,00	6,20
3+	12,3	03:35	10:00	3,48	1,06	33,00	5,80
3	12,6	03:43	10:22	3,36	1,03	30,00	5,40
3-	12,9	03:52	10:44	3,24	1,00	27,00	5,00
4+	13,2	04:01	11:07	3,12	0,97	24,00	4,60
4	13,5	04:10	11:30	3,00	0,93	21,00	4,20
4-	13,8	04:19	11:53	2,88	0,89	18,00	3,80
5+	14,2	04:29	12:16	2,75	0,85	16,00	3,50
5	14,6	04:39	12:39	2,62	0,81	14,00	3,20
5-	15,0	04:49	13:02	2,49	0,77	12,00	2,90

### Mädchen 8. Klasse

	75 m	100 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 3kg
<b>1+</b>	11,1	14,6	03:15	08:44	3,99	1,24	30,0	7,25
<b>1</b>	11,3	14,9	03:22	09:06	3,88	1,21	29,0	7,00
<b>1-</b>	11,5	15,2	03:29	09:28	3,77	1,18	28,0	6,75
<b>2+</b>	11,7	15,5	03:36	09:50	3,66	1,15	27,0	6,50
<b>2</b>	12,0	15,8	03:43	10:13	3,55	1,12	26,0	6,20
<b>2-</b>	12,3	16,1	03:50	10:36	3,44	1,09	25,0	5,90
<b>3+</b>	12,6	16,4	03:58	10:59	3,33	1,06	23,0	5,60
<b>3</b>	12,9	16,7	04:06	11:22	3,22	1,03	21,0	5,30
<b>3-</b>	13,2	17,0	04:14	11:45	3,11	1,00	19,0	5,00
<b>4+</b>	13,5	17,4	04:22	12:08	2,99	0,97	17,0	4,70
<b>4</b>	13,8	17,8	04:30	12:31	2,87	0,94	15,0	4,40
<b>4-</b>	14,1	18,2	04:38	12:54	2,75	0,91	14,0	4,10
<b>5+</b>	14,5	18,6	04:47	13:18	2,63	0,88	13,0	3,90
<b>5</b>	14,9	19,0	04:56	13:42	2,51	0,85	12,0	3,60
<b>5-</b>	15,3	19,4	05:05	14:06	2,39	0,82	11,0	3,30

### Jungen 8. Klasse

	75 m	100 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 4 kg
<b>1+</b>	10,3	13,8	02:38	07:29	4,50	1,33	51,00	8,30
<b>1</b>	10,5	14,1	02:45	07:50	4,38	1,30	49,00	8,00
<b>1-</b>	10,7	14,4	02:52	08:11	4,26	1,27	47,00	7,70
<b>2+</b>	10,9	14,7	02:59	08:32	4,14	1,24	45,00	7,40
<b>2</b>	11,2	15,0	03:07	08:53	4,02	1,21	42,00	7,10
<b>2-</b>	11,5	15,3	03:15	09:14	3,90	1,18	39,00	6,80
<b>3+</b>	11,8	15,6	03:23	09:35	3,78	1,15	36,00	6,50
<b>3</b>	12,1	15,9	03:31	09:56	3,66	1,12	33,00	6,20
<b>3-</b>	12,4	16,2	03:39	10:17	3,53	1,09	30,00	5,80
<b>4+</b>	12,7	16,5	03:47	10:38	3,40	1,05	27,00	5,40
<b>4</b>	13,0	16,9	03:55	11:00	3,27	1,01	24,00	5,00
<b>4-</b>	13,4	17,3	04:03	11:22	3,14	0,97	21,00	4,60
<b>5+</b>	13,8	17,7	04:12	11:44	3,01	0,93	19,00	4,30
<b>5</b>	14,2	18,1	04:21	12:06	2,88	0,89	17,00	4,00
<b>5-</b>	14,6	18,5	04:30	12:28	2,75	0,85	15,00	3,70

## Mädchen 9. Klasse

	75 m	100 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 4kg
1+	10,9	14,4	03:12	08:38	4,10	1,26	32,0	7,15
1	11,1	14,7	03:19	09:00	3,99	1,24	31,0	6,90
1-	11,3	15,0	03:26	09:22	3,88	1,22	30,0	6,65
2+	11,5	15,3	03:33	09:44	3,77	1,20	29,0	6,40
2	11,8	15,6	03:40	10:06	3,66	1,17	28,0	6,15
2-	12,1	15,9	03:47	10:28	3,55	1,14	26,0	5,90
3+	12,4	16,2	03:54	10:51	3,44	1,11	24,0	5,60
3	12,7	16,5	04:01	11:14	3,33	1,08	22,0	5,30
3-	13,0	16,8	04:08	11:37	3,22	1,05	20,0	5,00
4+	13,3	17,1	04:16	12:00	3,11	1,02	18,0	4,70
4	13,6	17,5	04:24	12:23	2,99	0,99	16,0	4,40
4-	13,9	17,9	04:32	12:46	2,87	0,96	14,0	4,10
5+	14,3	18,3	04:41	13:10	2,75	0,92	13,0	3,80
5	14,7	18,7	04:50	13:34	2,63	0,88	12,0	3,50
5-	15,1	19,1	04:59	13:58	2,51	0,84	11,0	3,20

## Jungen 9. Klasse

	75 m	100 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 5 kg
1+	09,9	13,2	02:32	07:10	4,85	1,43	58,00	8,70
1	10,1	13,5	02:39	07:30	4,72	1,40	55,00	8,40
1-	10,3	13,8	02:46	07:50	4,59	1,37	52,00	8,10
2+	10,5	14,1	02:53	08:10	4,46	1,34	49,00	7,80
2	10,7	14,4	03:00	08:30	4,33	1,31	46,00	7,50
2-	10,9	14,7	03:07	08:50	4,20	1,28	43,00	7,20
3+	11,2	15,0	03:14	09:10	4,07	1,25	40,00	6,90
3	11,5	15,3	03:21	09:30	3,94	1,21	37,00	6,60
3-	11,8	15,6	03:28	09:50	3,81	1,17	34,00	6,20
4+	12,1	15,9	03:35	10:10	3,67	1,13	31,00	5,80
4	12,4	16,3	03:43	10:30	3,53	1,09	27,00	5,40
4-	12,7	16,7	03:51	10:50	3,39	1,05	23,00	5,00
5+	13,1	17,1	03:59	11:10	3,25	1,00	20,00	4,70
5	13,5	17,5	04:07	11:30	3,11	0,95	18,00	4,40
5-	13,9	17,9	04:15	11:50	2,97	0,90	16,00	4,10

### Mädchen 10. Klasse

	75 m	100 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 4kg
1+	10,7	14,3	03:11	08:33	4,18	1,28	34,0	7,35
1	10,9	14,6	03:17	08:55	4,07	1,26	33,0	7,10
1-	11,1	14,9	03:23	09:17	3,96	1,24	32,0	6,85
2+	11,3	15,2	03:30	09:39	3,85	1,22	31,0	6,60
2	11,6	15,5	03:37	10:01	3,74	1,19	30,0	6,35
2-	11,9	15,8	03:44	10:23	3,63	1,16	28,0	6,10
3+	12,2	16,1	03:51	10:45	3,52	1,13	26,0	5,85
3	12,5	16,4	03:58	11:07	3,41	1,10	24,0	5,60
3-	12,8	16,7	04:05	11:29	3,30	1,07	22,0	5,30
4+	13,1	17,0	04:12	11:52	3,19	1,04	20,0	5,00
4	13,4	17,3	04:19	12:15	3,08	1,01	18,0	4,70
4-	13,7	17,6	04:26	12:38	2,97	0,98	16,0	4,40
5+	14,1	18,0	04:34	13:02	2,86	0,94	15,0	4,10
5	14,5	18,4	04:42	13:26	2,75	0,90	14,0	3,80
5-	14,9	18,8	04:50	13:50	2,64	0,86	13,0	3,50

### Jungen 10. Klasse

	75 m	100 m	800 m	2000 m	Weit	Hoch	Wurf 200g	Stoß 5 kg
1+	09,5	12,7	02:28	06:52	5,18	1,52	65,00	9,50
1	09,7	13,0	02:34	07:10	5,04	1,49	62,00	9,20
1-	09,9	13,3	02:40	07:28	4,90	1,46	59,00	8,90
2+	10,1	13,6	02:46	07:47	4,76	1,43	56,00	8,60
2	10,3	13,9	02:53	08:06	4,62	1,40	53,00	8,30
2-	10,5	14,2	03:00	08:25	4,48	1,36	50,00	8,00
3+	10,7	14,5	03:07	08:44	4,34	1,32	47,00	7,70
3	11,0	14,8	03:14	09:03	4,20	1,28	43,00	7,30
3-	11,3	15,1	03:21	09:22	4,06	1,24	39,00	6,90
4+	11,6	15,4	03:28	09:41	3,92	1,20	35,00	6,50
4	11,9	15,8	03:35	10:00	3,77	1,16	31,00	6,10
4-	12,2	16,2	03:42	10:19	3,62	1,12	27,00	5,70
5+	12,6	16,6	03:50	10:39	3,47	1,07	24,00	5,40
5	13,0	17,0	03:58	10:59	3,32	1,02	21,00	5,10
5-	13,4	17,4	04:06	11:19	3,17	0,97	18,00	4,80

## Merkblatt für die Teilnahme am Sportunterricht

Liebe Schüler/innen, liebe Eltern!

Nur bei Beachtung nachfolgender Hinweise ist ein sicherer und reibungsloser Ablauf des Sportunterrichts gewährleistet.

### 1. Kleidung / Hygiene:

Sportbekleidung ist als Unterrichtsmaterial anzusehen. Sie unterscheidet sich grundsätzlich von der Alltagsbekleidung:

Zur Sportbekleidung gehören mindestens:

- Turnhemd (T-Shirt): Möglichst funktionell, d.h. nicht zu groß oder zu lang, so dass es in der Sporthose getragen werden kann und die Bewegungsfreiheit des Kindes nicht einschränkt.
- Turnhose (Gymnastikhose): Ebenfalls möglichst funktionell.
- Feste Turnschuhe (für draußen und drinnen) mit abriebfester und gedämpfter Sohle und gutem Seitenhalt.
- ggf. auch ein kleines Handtuch, ein Waschlappen und Seife. Bei langen Haaren Haargummi oder Haarreifen.

### 2. Wertgegenstände / Schmuck und Brillen:

Wertsachen sollten im Interesse der Kinder an den Tagen des Sportunterrichts nicht mitgeführt werden. Die Schule übernimmt keine Haftung.

Wegen der Verletzungsgefahr ist es verboten, während des Unterrichts Schmuck jeder Art (Ohringe, Ketten, Armbänder, Halstücher, Lederbänder, Haarschmuck, Ringe u. a.) und Uhren zu tragen. Ggf. müssen Ohringe oder auch Piercings abgeklebt werden.

**Die Weigerung, Schmuck im Sportunterricht abzulegen, stellt eine Leistungsverweigerung dar, da die Sportlehrerin/der Sportlehrer in diesem Fall die aktive Teilnahme am Unterricht untersagen muss. Die Teilnahme in Straßenbekleidung ist ebenfalls nicht gestattet.**

### 3. Beurlaubung von der aktiven Teilnahme am Sportunterricht:

Eine Freistellung ist nur in Krankheitsfällen auf schriftlichen Antrag des/der Erziehungsberechtigten hin möglich. Auf eine Begründung kann bei offenkundiger Behinderung verzichtet werden.

**Auch bei Freistellung von der aktiven Teilnahme besteht Anwesenheitspflicht.**

Beurlaubungen können bis zu 4 Wochen auf schriftlichen Antrag des/der Erziehungsberechtigten und mit beigefügtem ärztlichen Attest ausgesprochen werden. Eine längere Beurlaubung ist nur nach Vorlage eines Attestes des Schularztes oder eines Sportarztes möglich und muss von der Schulleitung genehmigt werden.

### 4. Weitere Voraussetzungen:

Um den körperlichen Belastungen des Sportunterrichts entsprechen zu können ist es wichtig, morgens zu frühstücken und auch während des Tages regelmäßig zu essen und zu trinken.

✂-----

### Kenntnisnahme der Eltern:

Hiermit bestätige ich/wir, dass ich/wir von dem

**Merkblatt für die Teilnahme am Sportunterricht** Kenntnis genommen habe/n.

Für die Schüler/in: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_

Unser/mein Kind hat folgende gesundheitliche Einschränkungen \*): \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

\*) Diese Angaben unterstützen das angemessene Handeln der Lehrkraft und werden streng vertraulich behandelt!



# Hinweise zum Verhalten nach Unfällen

