

Schulinterner Lehrplan für die Einführungsphase im Fach Sport

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartung	Leistungsbewertung (z. B.)	Stunden
„Wir entdecken neue Disziplinen der Leichtathletik“: (Schwerpunkt „Werfen & Stoßen“)	BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik Inhaltlicher Kern: Leichtathlet. Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und insbesondere Wurf/Stoß Inhaltsfeld: d – Leistung / f – Gesundheit Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation (d) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: Eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (Schwerpunkt „Werfen & Stoßen“) Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: - 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)	„Werfen & Stoßen“: Punktuelle Überprüfung der Technik(en) & Weiten	ca. 12-16

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartung	Leistungsbewertung (z. B.)	Std.
„Ausdauernd laufen.“: Mit der richtigen Methode und individuellem Trainingsplan zum Ziel (z. B. 5000 m)	BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik Inhaltlicher Kern: Leichtathlet. Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Inhaltsfeld: d – Leistung / f – Gesundheit Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und Organisation (d) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung: - einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: - 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 Gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)	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	Ca. 12-16

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartungen	Leistungsbewertung (z. B.)	Stunden
„Wechselnde Duelle, bleibender Teamgeist – Badminton in Bewegung“: Einführung in die Grundtechniken beim Badminton und deren Anwendung in unterschiedlichen Turnierformen	BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: - 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. Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: - 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 gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierender Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)	- 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)	Ca. 12-16

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartungen	Leistungsbewertung (z. B.)	Stunden
„Gesundheit im Basketball“: Individuelle und gruppentaktische Strategien für ein lebenslanges Spiel	BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball) Inhaltsfeld: f (und d) Inhaltlicher Schwerpunkt: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung: - 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. Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: - 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)	- Abschlussspiel: individual- und gruppentaktische Fähigkeiten - Unterrichtsbegleitende Bewertung der bewegungsübergreifenden Kompetenzerwartungen (Übernahme von Phasen des Unterrichts, z.B. des Aufwärmens, Referate, Unterrichtsgespräche)	ca. 12-16

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartungen	Leistungsbewertung (z. B.)	Stunden
„Rhythmus mit dem man mit muss!“ Eine Komposition unter besonderer Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien entwickeln und präsentieren	BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste Inhaltlicher Kern: Tanz, Gymnastik Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung: - eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: - 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)	- Prozessorientierte Bewertungsaspekte mit dem Schwerpunkt auf gruppeninterne Arbeitsprozesse (Ideenfindung, Einigung/Kompromissbereitschaft, etc.) - Abschließende kriteriengeleitete Kürbeurteilung - Beurteilung der individuellen Bewegungsqualität	ca. 12-16

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartungen	Leistungsbewertung (z. B.)	Stunden
„Wir spielen Volley: Kooperation und Konkurrenz am Netz“ (Zielspiel 4:4)	BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele: Volleyball Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung: - Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden. Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung: - 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 Gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK)	Unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung im Hinblick auf Spielsituationsgerechtes Laufverhalten und situativ adäquate Technikauswahl / punktuelle Leistungsbewertung gelernter Techniken in Echtzeit und Zeitlupe samt korrekter Bewegungsbeschreibung	ca. 12-16

Unterrichtsvorhaben	Inhalt	Kompetenzerwartungen	Leistungsbewertung (z. B.)	Stunden
„Fit wie ein Turnschuh“: Mit Hilfe des Eigengewichts oder Therabands ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen entwickeln	BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen Inhaltliche Kern: Formen der Fitnessgymnastik Inhaltsfelder: f – Gesundheit / d - Leistung Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) / Trainingsplanung und Organisation (d)	Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: – 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. Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: – Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK) – ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)	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.)	ca. 12-16