

# SCHULCURRICULUM FÜR DAS FACH

## Sport



## Klassen 5 – 12

Entwurf

(Oktober 2016)

Inhaltsverzeichnis	Seite
Präambel	3
1. Zur Kompetenzentwicklung im Sportunterricht	3
2. Lernkompetenzen	5
2.1    Fachspezifische Kompetenzen	6
2.2    Lernbereiche	8
2.2.1    Gesundheit und Fitness	8
2.2.2    Leichtathletik	8
2.2.3    Gerätturnen/Rhythmik und Tanz	9
2.2.4    Sportspiele	9
2.2.5    Schwimmen	9
2.3    Methodenkompetenz	10
2.4    Sozialkompetenz	10
3. Leistungseinschätzung	11
3.1    Grundsätze	11
3.2    Kriterien	12
3.2.1    Prozessbezogene Kriterien	12
3.2.2    Produkt- und präsentationsbezogene Kriterien	12
4. Hinweise zur Differenzierung	13
5. Tabellarische Übersicht der Kompetenzen, Methoden und Inhalte	13
5.1    Klasse 5/6	14
5.2    Klasse 7/8	19
5.3    Klasse 9/10	28
5.4    Klasse 11/12	37
6. Operatoren	46

## Präambel

Das Curriculum des Faches Sport der Deutschen Schule Kuala Lumpur (DSKL) wurde in Anlehnung an den Thüringer Gymnasiallehrplan erstellt (Thüringer Ministerium für Bildung, Jugend und Sport, Lehrplan für den Erwerb der allgemeinen Hochschulreife, Sport, 2016).

Das Fach Sport wird gemäß DSKL-Studentenafel in den Klassenstufen 5, 8 und 9 dreistündig, in den Klassenstufen 6, 7, 10, 11 und 12 zweistündig unterrichtet.

Der Sportunterricht findet an der DSKL durchgehend von Klasse 5 bis 12 koedukativ statt. In der Regel werden alle Unterrichtsstunden im Fach Sport zusätzlich von einem Sportassistenten bzw. einer Sportassistentin unterstützt.

Die DSKL bietet ein breit gefächertes Angebot von Sport-Arbeitsgemeinschaften an, das sich am sportiven Schulprofil orientiert und darüber hinaus zusätzlich Sport-Angebote schafft, die den Schülerinteressen entgegen kommen.

Die Mitgliedschaft im städtischen Schulsportverband, International School Association Kuala Lumpur (ISAKL), gewährleistet die regelmäßige Teilnahme an Wettkämpfen verschiedener Sportarten. Außerdem organisiert die DSKL im Jahresverlauf ein Reihe eigener Schulwettkämpfe z. B. in verschiedenen Ballsportarten und Leichtathletik (Bundesjugendspiele). Einen sportlichen Höhepunkt stellen die im Zwei-Jahres-Rhythmus stattfindenden Südostasienspiele der Deutschen Schulen der Region dar.

### 1. Zur Kompetenzentwicklung im Sportunterricht

Das Originäre des Faches Sport besteht in der Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten und Grenzen des eigenen Körpers in Bewegung, Spiel und Sport. Die daraus resultierende Bewältigung motorisch-sportlicher, sozialer und kognitiver Anforderungen im Sportunterricht leistet einen spezifischen, unverwechselbaren Beitrag zur Entwicklung der Persönlichkeit des Schülers<sup>1</sup>, indem

- Selbstwirksamkeitserfahrung ermöglicht und das Selbstbild gestärkt,
- faires Miteinander als Grundlage des sportlichen Handelns entwickelt und erlebt,
- kognitive Leistungen als Voraussetzung und Ergebnis körperlicher Aktivität und sportlicher Leistungsfähigkeit erfahren werden.

Systematisch gewinnt der Schüler auf der Basis einer körperlich-sportlichen Grundbildung eine Handlungskompetenz, die ihn aktiv und lebenslang an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur teilhaben und an deren Gestaltung mitwirken lässt. Diese Grundbildung befähigt und motiviert den Schüler zur Steigerung, Erhaltung und Einschätzung seiner körperlich-sportlichen Leistungsfähigkeit. Durch die Fähigkeit zum selbstständigen, zielgerichteten Üben und Trainieren ist er in der Lage, Gesundheit als Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens zu erhalten und wieder herzustellen. In Lerngruppen kann er kooperativ agieren und Übungssequenzen leiten. Er setzt sich aktiv mit Grundlagen, Wirkungsweisen und Erscheinungsformen des Sports in der Gesellschaft auseinander.

Die reifebedingten Entwicklungsunterschiede, wie z. B. die psychischen Besonderheiten der Entwicklung der Mädchen und Jungen werden dabei in der Lernausgangslage der verschiedenen Lernbereiche berücksichtigt.

Mit dem Doppelauftrag von Bewegungs- und Allgemeinbildung zur Förderung der Handlungsfähigkeit der Schüler unter Berücksichtigung des besonderen pädagogischen Potentials kommt dem Sportunterricht eine besondere Bedeutung zu. Prinzipien des erziehenden Sportunterrichts, wie Erfahrungs- und Handlungsorientierung, Mehrperspektivität, Reflexion, Wertorientierung und

<sup>1</sup> Aus Gründen der besseren Lesbarkeit gelten Personenbezeichnungen für beide Geschlechter.

Verständigung sind integraler Bestandteil der verschiedenen Lernbereiche.

Der Sportunterricht zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife baut auf den bis zum Ende der Klassenstufe 4 erworbenen sensomotorischen Basisfähigkeiten, psychomotorischen Kompetenzen und Grundformen der Bewegung einschließlich dem grundlegenden sportlichen Können und Wissen auf. Er entwickelt sie systematisch mit dem Ziel der Handlungsfähigkeit im und durch Sport weiter. In individuell bedeutsamen Situationen erfährt, probiert, erlernt und übt der Schüler notwendige Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen, soziale Umgangsformen und individuelle Haltungen und wendet sie situationsgerecht an. Im Mittelpunkt der Kompetenzentwicklung im Sportunterricht stehen damit

- die Schulung senso- und psychomotorischer Fähigkeiten inklusive der Förderung der Bewegungs- und Körpererfahrungen,
- die Vervollkommnung grundlegender koordinativer und konditioneller Fähigkeiten einschließlich der Beweglichkeit,
- die Entwicklung der Bereitschaft und Fähigkeit zur Gesundheitsförderung und -erhaltung auf der Basis einer bewegungsorientierten, sportiven Lebensweise,
- der Erwerb und die Entwicklung fachspezifischer Kompetenzen und Lernkompetenzen in den Lernbereichen,
- die Vervollkommnung der Schwimmfähigkeit zur Lebensrettung und als Zugang zu den Wassersportarten,
- die Ausbildung der Fähigkeit und Bereitschaft zu reflexivem, fairem und kooperativem Handeln in sportiven Situationen zur Förderung des individuellen und gemeinsamen Lernerfolgs.

Die erworbene Handlungsfähigkeit im Sport kann der Schüler bei der Auswahl individuell angemessener Formen sportlicher Angebote, die er in der Freizeit ausübt, nachweisen. Im Rahmen der Facharbeit (Klasse 11) hat er die Möglichkeit, interessenorientiert ein ausgewähltes sportives Thema vertiefend zu bearbeiten und fächerübergreifende Aspekte zu naturwissenschaftlichen, musisch-ästhetischen und gesellschaftlich-sozialen Bereichen begründet darzustellen.

Die Kompetenzentwicklung erfolgt in verschiedenen Lernbereichen, die dem Schüler unter mehrperspektivischer Sicht angeboten werden. Die Mehrzahl der Lernbereiche impliziert didaktisch aufbereitete Sportarten, in denen der Schüler Sport aus den verschiedenen pädagogischen Perspektiven (z. B. das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen; Bewegungserfahrungen erweitern) erlebt und gestalten lernt. Der Schüler erfährt und übt in ihnen gesundheitsförderndes Bewegen und Sporttreiben, eignet sich entsprechendes Wissen und sportliches Können an. Er erfährt eigene Grenzen, lernt sie zu verschieben und die anderer zu akzeptieren. Anlässe für kooperatives Interagieren fördern die Kritik- und Konfliktlösefähigkeit.

Der Schüler betrachtet in allen Lernbereichen moderne und tradierte Formen der Bewegungs- und Sportkultur aus der Perspektive Gesundheit. Er erkennt die gesundheitliche Ambivalenz von Bewegung und Sport, kann seine gesundheitlichen Erwartungen an Bewegung und Sport definieren. Er reflektiert seine sportiven Aktivitäten unter gesundheitlichen Gesichtspunkten und ist in der Lage, diese Aktivitäten gesundheitsbewusst zu betreiben.

Der Lernbereich *Gesundheit und Fitness* trägt lernbereichs- und fächerübergreifenden Charakter. Er zielt auf die gesundheitsbezogene Handlungsfähigkeit des Schülers. Der Schüler lernt, Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen, sie aufrecht zu erhalten bzw. herzustellen sowie Sport unter der Perspektive Gesundheit zu reflektieren. Er erkennt Potenziale, die ein nachhaltiges, gesundheitsrelevantes Sporttreiben besitzt, z. B. Möglichkeiten zur Aufrechterhaltung gesundheitsbezogener Fitness.

Der Sportunterricht knüpft an die individuellen und somit auch an geschlechtsspezifische Voraussetzungen des Schülers an. Lernziele und Aufgabenstellungen werden entsprechend differenziert sowie individuelle Lernwege und -zeiten ermöglicht.

Der gemeinsame Unterricht von Schülern mit und ohne sonderpädagogischem Förderbedarf basiert auf enger Zusammenarbeit zwischen Fachkonferenz, Klassenkonferenz und sonderpädagogischem Mitarbeiter der Schule.

Die Fachkonferenz Sport trägt besondere Verantwortung für eine systematische, sachgerechte, kumulative, schülerorientierte und reflexive Gestaltung des Unterrichts. Mit dem Instrument der schulinternen Lehr- und Lernplanung stellt sie Lehrplanvorgaben bei der Auswahl und Gestaltung der Lernbereiche in den Kontext innerschulischer Zielstellungen, berücksichtigt regionale und schulspezifische Aspekte, nimmt Konkretisierungen vor und nutzt den vorhandenen Freiraum.

Der Unterricht in der gymnasialen Oberstufe ist speziell auf die Ausbildung der für ein Hochschulstudium notwendigen Studierfähigkeit unter Berücksichtigung wissenschaftspropädeutischer Komponenten ausgerichtet. Wissenschaftspropädeutik als verbindlicher Bestandteil des Sportunterrichts versteht sich als Weg zu selbstständigem, systematischem sowie wissenschaftlichem Denken und Arbeiten, zu Methoden des Erkenntnisgewinns, zu Reflexions- und Urteilsvermögen. In zunehmend fachbezogenen und fächerübergreifenden Zusammenhängen wendet der Schüler bisher erworbene Lernkompetenzen an, vertieft und entwickelt sie weiter. Für die Gestaltung des Sportunterrichts in der gymnasialen Oberstufe heißt dies, dem Schüler Lernumgebungen zu schaffen, in denen er lernen kann,

- eine sportrelevante Aufgabenstellung selbstständig zu strukturieren,
- Hypothesen zu bilden und zu prüfen,
- die Arbeitsergebnisse angemessen darzustellen,
- sachgemäß zu argumentieren,
- Prinzipien des Sporttreibens und sportliche Regeln zu verstehen, anzuwenden und auf persönlich bedeutsame Situationen zu übertragen.

*Sportunterricht mit grundlegendem Anforderungsniveau* vermittelt exemplarisch fachspezifische Kompetenzen und macht fächerübergreifende Zusammenhänge bewusst und erfahrbar.

Als Bestandteil einer bewegungsfreundlichen Schule leistet der Sportunterricht einen unverzichtbaren Beitrag zum erfolgreichen Lernen in allen Fächern. Selbstbestimmte körperliche Bewegung und Betätigung sind als wesentliche Faktoren eines gesunden Lebens unabdingbar. Bewegungsphasen rhythmisieren den Schulalltag, sorgen für An- und Entspannung. Neben dem Sportunterricht gehören dazu bewegte Pausen und Spiel-/Sportfeste sowie sportive Projekt-, Klassen- und Wandertage. Möglichkeiten regelmäßiger sportiver Freizeitgestaltung und die Kooperation mit dem städtischen Schulsportverband (International School Association Kuala Lumpur, ISAKL) fördern Begabungen im Sport.

## **2. Lernkompetenzen**

Im Mittelpunkt der Entwicklung von Lernkompetenzen stehen die Methoden- und Sozialkompetenzen, die in jedem Unterrichtsfach fachspezifisch ausgeprägt werden. Die Entwicklung von Lernkompetenzen im Sportunterricht zum Erwerb der allgemeinen Hochschulreife ist nicht von der Sachkompetenz zu lösen. In ihrer grundsätzlichen Funktion weisen Lernkompetenzen über das Fach hinaus. Der Erwerb vollzieht sich an konkreten Inhalten, die für den Schüler in Form positiver Erlebnisse und motorischer Lernerfolge persönlich bedeutsam sind, weil seine Erfahrungen aus dem realen Umfeld einbezogen sowie eigene Stärken und Schwächen erkannt werden. Für den Sportunterricht erfolgen die Zielbeschreibungen für Methoden- und Sozialkompetenz im Kontext der Lernbereiche.

## 2.1 Fachspezifische Kompetenzen

Die fachspezifischen Kompetenzen (Sachkompetenz) im Sportunterricht spiegeln sich in den Lernbereichen wider und sind primär an motorisch-sportliche Handlungen gebunden. Fachspezifische Kompetenzen formulieren verbindliche, kompetenzorientierte Ziele des körperlich-sportlichen Könnens und lernbereichsspezifischen Wissens, die der Schüler am Ende eines Lernzeitraums (in der Regel zwei Jahre) systematisch und kumulativ erreicht haben soll.

Grundlage für den Kompetenzerwerb ab Klassenstufe 5 sind die bis zum Ende der Klassenstufe 4 erworbenen fachspezifischen Kompetenzen. Dabei werden die aus der Sicht der Kompetenzentwicklung im Sportunterricht der Klassenstufen 5/6 wesentlichen Lernvoraussetzungen aufgeführt. Es ist zu berücksichtigen, dass Schüler am Ende der Klassenstufe 4 in ihrer Kompetenzentwicklung einen unterschiedlichen Stand erreicht haben und der beschriebenen Lernausgangslage und den damit verbundenen Erwartungen in differenzierter Weise gerecht werden.

Zunehmend soll sich die Kompetenzentwicklung des Schülers in dessen Freizeitgestaltung widerspiegeln. Dies schließt ein, dass im Sportunterricht die Freude an der Bewegung geweckt und vertieft wird und die Schüler mittels individuell angemessener Herausforderungen ihr Leistungspotential verbessern können und zu einem lebenslangen, freudvollen Sporttreiben motiviert werden. Dies schließt nicht nur die individuelle Leistungsverbesserung und den Vertrauensaufbau in die eigene Leistungsfähigkeit ein, sondern beinhaltet auch soziale sportliche Handlungszusammenhänge. Hinsichtlich der pädagogischen Perspektiven steht das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen im Fokus. Gleichzeitig ist das adäquate Einschätzen des Leistungsvermögens anderer und der sensible und verständnisvolle Umgang mit deren Empfindungen, ein wichtiger Baustein in der Erziehung und Bildung der Schüler, vor dem Hintergrund eines inklusiven/heterogenen Sportunterrichts. Allgemeingültige Aussagen zur Inklusion im Sportunterricht sind auf Grund der verschiedenen Behinderungsarten und unterschiedlichen Beeinträchtigungen nicht möglich. Entsprechend der Beeinträchtigung müssen individuelle Anpassungen in den verschiedenen Kompetenzbereichen vorgenommen werden. Entsprechend der Lernbereichsspezifika werden sie durch weitere Perspektiven ergänzt (z. B. miteinander kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen).

Der Schüler entwickelt fachspezifische Kompetenzen, indem er

- seine körperlich-sportliche Leistungsfähigkeit verbessert,
- lernbereichsspezifische motorische Fähigkeiten vervollkommnet,
- sportmotorische Fertigkeiten in den Lernbereichen festigt, vertieft und erweitert,
- seine Handlungskompetenz in den Lernbereichen entwickelt,
- variabel und produktiv mit Bewegung, Spiel und Sport über die Schulzeit hinaus umgeht,
- lernbereichsspezifisches Wissen erwirbt und nachweist, d. h.
- die Bedeutung und Wirkung von Bewegung und Sport für die eigene Gesundheit erkennen,
- einzelne Unterrichtssequenzen (z. B. Erwärmung) sachgerecht durchführen,
- Kenntnisse zur Einschätzung und Bewertung von Leistungen erwerben,
- Grundsätze des Helfens und Sicherns situationsgerecht anwenden,

Zur Sicherung der Grundbildung wird Sport in den Klassenstufen 5 bis 12 in verbindlichen und alternativ-verbindlichen Lernbereichen unterrichtet.

Verbindliche Lernbereiche sind in den angegebenen Lernzeiträumen verpflichtend und systematisch zu erteilen, um eine kumulative Kompetenzentwicklung des Schülers zu erreichen. Aus den alternativ-verbindlichen Lernbereichen wählt die entsprechende Fachlehrkraft entsprechend schulischer Besonderheiten in den Klassenstufen 5/6 je einen, in den Klassenstufen 7/8 und 9/10 je zwei Lernbereiche, in denen systematisch unterrichtet wird. Wird ein Lernbereich in einer höheren Klassenstufe eingeführt, sind Ziele und Inhalte auf das Ausgangsniveau des Schülers zu übertragen.

Der Lernbereich *Weitere Bewegungs- und Sportformen* ist schulintern ergänzend-verbindlich in

jedem Lernzeitraum bis einschließlich Klassenstufe 10 unter Berücksichtigung von Schülerinteressen, örtlichen Traditionen und personellen, sächlichen sowie rechtlichen Bedingungen durchzuführen. Dieser impliziert inhaltlich frei wählbare Inhalte und damit eine Öffnung des Sportunterrichts für innovative und aktuelle Bewegungsangebote sowie Trendsportarten aus der außerschulischen Lebenswirklichkeit. Auswahl und Umfang dieser Inhalte sollten den individuellen, schulischen und regionalen Besonderheiten entsprechen sowie dem Interesse der einzelnen Klasse/Lerngruppe folgen.

In den Klassenstufen 5/6 wird die bis zum Ende der Klassenstufe 4 erworbene Handlungskompetenz gefestigt und vertieft. Neue Bewegungsabläufe werden gelernt und in komplexeren Handlungssituationen angewendet. Dabei erweitert der Schüler seine Bewegungserfahrungen aus der Grundschule, vervollkommnet seine konditionellen und koordinativen Fähigkeiten einschließlich der Beweglichkeit. Er ist in der Lage, sein Leistungsvermögen realistisch einzuschätzen und sportive Freizeitangebote bewusst auszuwählen.

In den Klassenstufen 7/8 erfolgt eine Vertiefung der Ausbildung in den verbindlichen sowie den alternativ-verbindlichen Lernbereichen, die entsprechend der Profilierung der Einzelschule ausgewählt werden. In kooperativen Lernformen erschließt sich der Schüler zunehmend selbstständig lernbereichsspezifisches Wissen und körperlich-sportliches Können und wendet dieses im Unterricht und in der Freizeit an.

In den Klassenstufen 9/10 entwickelt der Schüler seine fachspezifischen Kompetenzen vor allem unter dem Gesichtspunkt seiner Fitness und Gesundheit, um eine individuelle Trainingsplanung und umfassende Gesundheitsförderung für das weitere Leben anzubahnen. Er befasst sich mit Zielen, Inhalten und Methoden für gesundheitsorientiertes Üben und Trainieren. Zudem erweitert er seine Handlungskompetenz im ersten Sportspiel, Gerätturnen und in der Leichtathletik. Im Rahmen der alternativ-verbindlichen Lernbereiche kann der Schüler weitere motorisch-sportliche Aufgaben situativ und selbstständig lösen. Er ist in der Lage, seine sportiven Freizeitaktivitäten unter gesundheitlichen Gesichtspunkten über die Schulzeit hinaus zu gestalten.

Der bis Klassenstufe 10 erreichte Entwicklungsstand der fachspezifischen Kompetenzen ist Basis für den Unterricht mit grundlegendem Anforderungsniveau in der Qualifikationsphase der Oberstufe. Die inhaltliche Schwerpunktsetzung und Planung von Lehr- und Lernprozessen verantwortet die Fachkonferenz Sport. Sie berücksichtigt in besonderem Maße Interessen und Neigungen der Schüler sowie die personellen und örtlichen Bedingungen der Schule für die Gestaltung des Unterrichts.

Die Entwicklung fachspezifischer Kompetenzen im Sportunterricht mit grundlegendem Anforderungsniveau der Oberstufe erfolgt in halbjährlich durchgeführten Kursen. Der Schüler belegt in der Qualifikationsphase den Kurs mit dem Lernbereich Gesundheit und Fitness einmal verbindlich und drei Kurse aus verschiedenen Lernbereichen. Im Lernbereich Mannschaftssportarten ist die Einwahl in das jeweilige Sportspiel jeweils nur einmal möglich. Die halbjährliche Teilnahme jeweils an einem Lernbereich der Gruppe 1 und 2 ist mindestens einmal zu sichern. Voraussetzung für die Einwahl in den Kurs ist eine körperlich-sportliche Grundbildung in dem jeweiligen Lernbereich auf der Basis des Lehrplans Sport der Klassenstufen 5 – 10. Lernbereiche, die besonderen Rahmenbedingungen unterliegen, können epochal durchgeführt werden.

Gruppe 1 Individualsportarten

Leichtathletik

Gerätturnen, Rhythmik/Tanz

Schwimmen

Badminton

Tischtennis

Gruppe 2 Mannschaftssportarten

Basketball

Fußball

Handball

Volleyball

Hockey

## **2.2 Lernbereiche**

### **2.2.1 Lernbereich Gesundheit und Fitness**

In diesem Lernbereich werden mit Gesundheit, Gesundheitsförderung und gesundheitsbezogener Fitness Themen mit einem zentralen Stellenwert aufgegriffen, die vor dem Hintergrund der Veränderung der Lebenswelt und damit auch der Lebenssituation von Kindern und Jugendlichen von hoher gesellschaftlicher Relevanz sind.

Bewegung und Sport bieten einen einzigartigen Zugang zum Thema Gesundheit, da im Fach Sport neben motorischen auch kognitive, emotionale und soziale Kompetenzen entwickelt werden. In diesem Sinne sind Bewegungs- und Gesundheitsbildung im Schulsport in ausdrücklicher Weise als Allgemeinbildung zu verstehen.

Dem Lernbereich Gesundheit und Fitness liegt ein Verständnis von Gesundheit und Gesundheitsförderung zugrunde, das

- die Stärkung von physischen (z. B. Ausdauer, Kraft) und psychosozialen Gesundheitsressourcen (z. B. Selbstkonzept, soziale Unterstützung),
- die Vorbeugung von Gesundheitsrisiken,
- die Förderung von körperlichem, psychischem und sozialem Wohlbefinden
- einbezieht.

Zentrales Ziel des Lernbereichs ist die Entwicklung einer gesundheitsbezogenen Handlungsfähigkeit, für die der Schüler Gesundheitskompetenz, die sich auf alle Bereiche der Bewegungs- und Sportkultur bezieht, entwickelt. Gesundheitskompetenz befähigt den Schüler auf der Grundlage alters- und fachspezifischen Wissens, Entscheidungen zu treffen, die die Gesundheit positiv beeinflussen. Der Schüler führt Bewegungs- und Sportaktivitäten, die Gesundheit und Fitness fördern, durch, eignet sich Wissen über einfache Zusammenhänge von Bewegung und Trainingsgestaltung an und setzt sich reflexiv mit dem eigenen Gesundheitszustand und Bewegungsverhalten auseinander.

Der Lernbereich Gesundheit und Fitness führt die erworbenen Kompetenzen aus den Fächern, insbesondere der Biologie, unter dem Fokus der Gesundheit zusammen, vertieft und erweitert sie. Er ist eng verknüpft mit den pädagogischen Perspektiven Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen.

### **2.2.2 Lernbereich Leichtathletik**

Der Schüler vervollkommnet im Lernbereich Leichtathletik seine Kompetenzen mit Hilfe der natürlichen Bewegungsformen des Laufens, Springens und Werfens/Stoßens. Er erfährt diese in vielfältigen modernen und tradierten Disziplinen und aus verschiedenen pädagogischen Perspektiven. Durch den typischen Wettstreit und Vergleich rückt die Perspektive das Leisten erfahren und einschätzen in den Vordergrund. Der Schüler lernt sein Leistungsvermögen und das der Mitschüler kennen und real einschätzen. Im beharrlichen, zielgerichteten Üben entwickelt er unter Anwendung erworbenen Wissens sein Potenzial weiter zur Handlungskompetenz. Diese befähigt ihn, die körperlich-sportliche Leistungsfähigkeit zu steigern bzw. zu erhalten, Bewegungsformen dieses Lernbereichs lebenslang aktiv und selbstständig in der Freizeit zum Wohle der eigenen Gesundheit einzusetzen. Der Schüler lernt die Gesundheitspotenziale des ausdauernden Laufens kennen und schätzen. Er setzt sich mit aktuellen Tendenzen der Sportart Leichtathletik auseinander.



### **2.2.3 Lernbereich Gerätturnen/Rhythmik und Tanz**

Im Lernbereich Gerätturnen vervollkommnet der Schüler seine fachspezifischen Kompetenzen durch das Turnen an und mit Geräten. Der Schüler lernt einzigartige Handlungsmöglichkeiten kennen, sammelt vielfältige Bewegungserfahrungen an Turn- und Hilfsgeräten sowie in unterschiedlichen Körperlagen, verbessert die Differenzierungs- und Orientierungsfähigkeit, lernt verschiedene Bewegungsrichtungen und -ebenen kennen. Er erlebt diesen Lernbereich besonders aus den pädagogischen Perspektiven Bewegungserfahrungen erweitern und Wahrnehmungsfähigkeit verbessern sowie etwas wagen und verantworten. Gleichzeitig lernt er die Gesundheitspotenziale (z. B. Körperhaltung und -spannung, Körperästhetik) dieses Lernbereichs kennen sowie Verletzungsrisiken einschätzen und minimieren.

Er beherrscht Bewegungen verschiedener Bewegungsstrukturgruppen des normgebundenen Turnens als auch Grundtätigkeiten des Freien Turnens, die als Einzel-, Partner- und Gruppenübung oder an Gerätearrangements vollzogen werden können. Der Schüler erfährt Grenzen, wird ermutigt, neue Bewegungsabläufe zu wagen, lernt Ängste zu überwinden und Hemmungen abzubauen.

Im Lernbereich Rhythmik/Tanz erweitert der Schüler seine Handlungskompetenz durch die rhythmisch-musikalische Gestaltung von Bewegungen. Er erfährt seinen Körper als elementares Ausdrucksmittel und entwickelt seine Fähigkeiten im Darstellen tänzerischer, gymnastischer und rhythmischer Bewegungsformen und Improvisation.

### **2.2.4 Lernbereich Sportspiele**

Sportspiele sind gekennzeichnet durch vielfältige situative Handlungen mit Mitspieler/n, Gegner/n und Ball. Im Spiel rückt die pädagogische Perspektive miteinander kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen in den Mittelpunkt. Daneben entscheidet die Leistung des Teams stets über den Spielerfolg. Das setzt Kooperieren im Mit- und Gegeneinander in Angriffs- und Abwehrrollen voraus. Die bewusste Einhaltung sozialer, moralischer und spielrelevanter Regeln dient dabei auch der Gesundheitsvorsorge durch Minimierung der Verletzungsgefahren. Länger andauernde Spielphasen sowie der variable Umgang mit Spielfertigkeiten und Taktikvarianten stärken die physischen Gesundheitsressourcen.

### **2.2.5 Lernbereich Schwimmen**

Im Lernbereich Schwimmen vervollkommnet der Schüler seine Handlungskompetenz im Erlebnis- und Erfahrungsraum Wasser. Das Schwimmen ist die einzige lebensrettende Sportart. Der Schüler entwickelt seine konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, die Techniken der Schwimmarten sowie die Sicherheit im Wasser, insbesondere unter dem Aspekt der Selbst- und Fremdreitung. Er erlebt diesen Lernbereich aus den pädagogischen Perspektiven Wahrnehmungsfähigkeit verbessern sowie das Leisten erfahren und einschätzen. Durch die Bewegung im Wasser schult der Schüler seine Kompetenzen im Schwimmen, Tauchen und Springen. Der Schüler vervollkommnet die Schwimmfähigkeit, die Voraussetzung für das Erlernen weiterer Wassersportarten (z. B. Rudern, Surfen, Segeln) ist und ihm vielfältige Freizeitmöglichkeiten eröffnet.

Im Schwimmen stärkt der Schüler physische Gesundheitsressourcen, die der Gesundheitsförderung lebenslang dienen.

Im Komplex I (Klassenstufen 5/6) stabilisiert der Schüler unter Beachtung seiner individuellen Voraussetzungen die Fertigkeiten im Brustschwimmen und einer Wechselschlagschwimmart (Rücken- und/oder Kraulschwimmen), verbessert seine konditionellen Fähigkeiten (Kraftaus-

dauer und Schnellkraft) und koordinativen Fähigkeiten. Er eignet sich Wissen über Körperhygiene, Baderegeln sowie über Gefahren am und im Wasser an.

Im Komplex II (Klassenstufen 7-10) vervollkommnet der Schüler seine Fertigkeiten in den gelernten Schwimmarten. Der Schüler erlernt Elemente der Selbst- und Fremdreitung und erwirbt Grundkenntnisse in der Ersten Hilfe. Er setzt sich mit den gesundheitsfördernden Wirkungen des Schwimmens auf den Kreislauf, die Stoffwechselprozesse sowie auf den Halte- und Stützapparat auseinander.

Im Komplex III (Klassenstufen 11/12) erlernt der Schüler die dritte Schwimmart und kann die sportlichen Techniken des Brust- und Rückenschwimmens ausdauernd, schnell und sicher im Wasser ausführen. Er ist in der Lage, seine eigene Leistungsfähigkeit im Medium Wasser realistisch einzuschätzen. Der Schüler erlernt Elemente der Selbst- sowie Fremdreitung und kann diese in Gefahrensituationen für Menschenleben sicher, variabel und überlegt einsetzen. Er erweitert seine Grundkenntnisse in der Ersten Hilfe. Der Schüler kann die gesundheitsfördernden Wirkungen des Schwimmens reflektieren und in Bezug auf den Kreislauf, die Stoffwechselprozesse sowie den Halte- und Stützapparat erklären.

## **2.3 Methodenkompetenz**

Der Schüler entwickelt Methodenkompetenz, indem er

- sportrelevante Problemstellungen sachgerecht analysiert und Lösungsstrategien entwickelt, d.h.
- Reaktionen des eigenen Körpers, besonders des Herz-Kreislauf-Systems, in Übungs- und Wettkampfsituationen wahrnehmen, diese erklären und subjektiv deuten,
- Sport und Sportarten unter gesundheitlichen Gesichtspunkten reflektieren und betreiben,
- Methoden zur Verbesserung bzw. Erhaltung der sportlichen Leistungsfähigkeit sachgerecht auswählen und anwenden,
- erworbenes körperlich-sportliches Können und sportspezifisches Wissen in komplexen sportiven Situationen anwenden,
- Lernstationen, -arrangements und ausgewählte Unterrichtsteile selbstständig, ziel- und zweckgerichtet plant, nutzt und leitet,
- Informationen zu sportlichen Ereignissen, Entwicklungen und Angeboten aus den Medien gezielt auswählt, veranschaulicht, (aus)wertet und präsentiert.

## **2.4 Sozialkompetenz**

Der Schüler entwickelt Sozialkompetenz, indem er

- sich selbst Arbeits- und Verhaltensziele setzt, das heißt:
- eigene sportliche Stärken und Schwächen erkennen/erleben und daraus kurz- und mittelfristige Ziele ableiten können
- ein ausgewogenes emotionales, soziales, körper- und leistungsbezogenes Selbst- konzept im und durch den Sport entwickeln,
- leistungsbereit, zielstrebig und ausdauernd üben,
- Hemmungen abbauen und Ängste überwinden,
- konstruktiv mit sportlichen Siegen und Niederlagen umgehen,
- seine sportliche Leistungsentwicklung einschätzt und dokumentiert,
- Lernergebnisse sowie sein Arbeits- und Sozialverhalten einschätzt,
- Mit anderen fair und tolerant umgehen,
- Konflikte in sportlichen Situationen erkennen, angemessen und konstruktiv reagieren,
- anderen helfen, Hilfe einfordern und annehmen,
- in kooperativen Arbeitsformen lernt und in Übungs- und Wettkampfsituationen verantwortungsvoll handelt, d. h. andere motivieren,
- Regeln und Vereinbarungen einhalten.

### 3. Leistungseinschätzung

Die Leistungseinschätzung der Kompetenzentwicklung ist im Fach Sport primär an Bewegungen gebunden. Sie gilt als Bestandteil eines andauernden und befördernden Lernprozesses. Dem Prinzip der Ganzheitlichkeit folgend bezieht sich die Leistungseinschätzung auf alle Kompetenzbereiche, d. h. fachspezifische Kompetenzen und Lernkompetenzen. Im Rahmen eines pädagogischen Leistungsverständnisses sind hierbei die sachliche und individuelle Bezugsnorm zu berücksichtigen. Die Leistungseinschätzung des Schülers erfolgt mit Hilfe geeigneter Instrumente der Beobachtung, einer objektiven Ermittlung, verbalen Einschätzung bzw. Benotung.

Die Sportnote setzt sich aus den Leistungsbewertungen der einzelnen Lernbereiche zusammen, wobei Gewichtungen möglich sind (z. B. durch Umfang und Anforderung). Eine Lernbereichsnote wird in den verbindlichen sowie den alternativ-verbindlichen Lernbereichen ermittelt. Die sachliche Bezugsnorm stellt dabei die Grundlage der Leistungsbewertung von standardisierten Zielen dar. Ergänzend sind Leistungseinschätzungen mit Hilfe anderer Bezugsnormen zu nutzen. Im Lernbereich Weitere Sport- und Bewegungsformen kann benotet werden, wenn eine systematische Kompetenzentwicklung angestrebt wird. Die Erarbeitung von Empfehlungen zur Koordination der fachlichen Anforderungen und Kriterien der Leistungsbewertung obliegt der Fachkonferenz.

#### 3.1 Grundsätze

Die Leistungseinschätzung im Fach Sport erfolgt auf Grundlage der in den einzelnen Kompetenzbereichen formulierten Ziele. Sie basiert auf transparenten und für den Schüler bekannten sowie nachvollziehbaren Kriterien. Diese werden durch die Fachkonferenz klassenstufenspezifisch aus der Zielbeschreibung für die Bereiche Sach-, Methoden- sowie Sozialkompetenz hergeleitet und für die Lernbereiche konkretisiert. Sie beziehen sich auf die Qualität des Lernprozesses, des zu erwartenden Produkts sowie der Präsentation des Arbeitsergebnisses. Die Leistungseinschätzung berücksichtigt in einem angemessenen Verhältnis die drei Anforderungsbereiche Reproduktion, analoge Rekonstruktion und Konstruktion.

Dem Lehrplan Sport liegt ein erweitertes Sportverständnis zugrunde. Dies impliziert ein pädagogisches Leistungsverständnis im Sportunterricht, das neben dem Erwerb fachspezifischer Kompetenzen (Sachkompetenz) auf die Entwicklung von Lernkompetenzen der Schüler fokussiert ist. Deshalb gilt es bei der Leistungseinschätzung folgende Grundsätze zu berücksichtigen.

Die Leistungseinschätzung

- ist produkt- und prozessbezogen,
- orientiert sich an gesellschaftlichen Normen sportlichen Könnens sowie dem Wissen in den Lernbereichen,
- erfolgt unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen des Schülers und seines Lernfortschritts,
- fördert die individuelle Eigenverantwortung für Mitgestaltung und Kooperation, das sportgerechte und soziale Handeln,
- fordert die Leistungsbereitschaft und Leistungsmotivation,
- entwickelt den Umgang mit Selbst- und Fremdkritik, trägt dazu bei, dass der Schüler lernt, den eigenen Lernprozess und die eigene Leistung sowie die der Lerngruppe zu reflektieren und einzuschätzen.

Jeder Sportlehrer berät und bewertet aus fachlicher und pädagogischer Sicht sowie dem Wissen um die individuellen Stärken und Schwächen des Schülers. Zugleich ist es seine Aufgabe, Unterrichtsprozesse so zu initiieren, zu beobachten und zu lenken, dass jedem Schüler ein individueller Lernerfolg ermöglicht wird. Dies impliziert die Bewertung des individuellen Lernfortschritts (individuelle Bezugsnorm).

## 3.2 Kriterien

In allen Lernbereichen kann die Leistungsbewertung von fachspezifischen Kompetenzen des Schülers nach folgenden Kriterien vorgenommen werden:

- Grad der Vervollkommnung von lernbereichsspezifischen Fähigkeiten (z. B. Zeitminimierung, Zeit-, Distanz-, Treffermaximierung)
- Qualität der Bewegungssicherheit, Bewegungsdynamik, Bewegungskreativität von grundlegenden Bewegungsfertigkeiten
- Korrektheit der Bewegungsausführung sportmotorischer Fertigkeiten (z. B. unter Zeit-, Komplexitäts- und Präzisionsdruck)
- Vollständigkeit und Qualität von Komplexübungen und Übungskombinationen (z. B. Turnübung, Übungskampf)
- Originalität und Kreativität von komplexen sportlichen Handlungen (z. B. Tanz)
- Grad des Wissens im Anforderungsbereich I (z. B. Reproduktion von Bewegungsmerkmalen, Fachtermini, Spielregeln)
- Grad des Wissens im Anforderungsbereich II (z. B. Wiedergabe der Taktik im neuen Sportspiel, Übertragen von Bewegungsmerkmalen innerhalb einer Strukturgruppe, z. B. weit bzw. hoch springen, Helfen/Sichern im Gerätturnen)
- Grad des Wissens im Anforderungsbereich III (z. B. Transfer von Kenntnissen aus anderen Unterrichtsfächern auf die Lernbereiche, Beurteilung aktueller Sportereignisse)

Neben den sportspezifischen Kriterien sind weitere prozess- und präsentationsbezogene Kriterien bei der Leistungseinschätzung angemessen zu berücksichtigen.

### 3.2.1 Prozessbezogene Kriterien

z.B.:

- Qualität der Planung eines Tanzes
- Effizienz der selbst gewählten Fitnessübungen
- Richtigkeit der Selbst- und Fremdkorrektur im Sportspiel
- Anteil der Leistung des Einzelnen in der Gruppe

### 3.2.2 Produkt- und präsentationsbezogene Kriterien

z. B.:

- Korrektheit der Demonstration von Dehnübungen
- Qualität der Bewegungsausführung von Fertigkeiten
- Vollständigkeit der Turnübung
- Synchronität bei Partneraerobic
- Effizienz der Mediennutzung bzw. -erstellung im Wissensbereich

Die Lernkompetenzen des Schülers, die in allen Fächern weiterentwickelt werden, sind im Fach Sport primär an motorisch-sportliche Handlungen gebunden und somit fachspezifisch zu beschreiben. Folgende Kriterien sind insbesondere im Lernprozess zu beobachten und nach dem Grad der Erreichung einzuschätzen bzw. ggf. zu benoten:

**Mitgestalten und Kooperieren:**

Der Schüler beteiligt sich am Sportunterricht, indem er über verschiedene Kommunikationsformen den sozialen Kontakt zu seinen Mitschülern sucht, um sich im konkreten Verhalten und Handeln abzustimmen. In dieser Weise übernimmt er verschiedene Rollen bei der Gestaltung des Unterrichts in seiner Vorbereitung, Durchführung und Auswertung.

**Sportgerechtes und soziales Handeln:**

Der Schüler akzeptiert Regeln des Sports und handelt danach. Er nimmt unter Konkurrenzbedingungen aufeinander Rücksicht und kann Konflikte lösen. Er verhält sich fair, solidarisch und kann sich einordnen. Der Schüler leistet Hilfe und nimmt diese auch an.

Zeigen von Leistungsbereitschaft:

Der Schüler ist grundsätzlich den Anforderungen des Sportunterrichts gegenüber aktiv eingestellt. Das wird in seiner Anstrengungsbereitschaft und in der Übernahme von Verantwortung für den eigenen Lernprozess sowie mitgestaltender Aufgaben deutlich.

Ausüben von Selbst- und Fremdkritik:

Der Schüler ist befähigt, persönliche Leistungen objektiv einzuschätzen und realistische Ziele abzuleiten. Zugleich werden Leistungen Anderer objektiv bewertet, akzeptiert und toleriert.

Anwenden von Wissen und Können:

Der Schüler erkennt Fehler und kann sie korrigieren. Sicherheitsrisiken werden erkannt und minimiert. Der Schüler erstellt kleine Übungsprogramme oder gestaltet Stundenteile. Er setzt sich mit aktuellen Erscheinungen des Sports kritisch auseinander.

#### **4. Hinweise zur Differenzierung**

Die Zielbeschreibungen für den Erwerb des Hauptschul- und des Realschulabschlusses bzw. der allgemeinen Hochschulreife für die Klassenstufe 10 unterscheiden sich hinsichtlich des Anforderungsniveaus. Die Einführungsphase der Oberstufe für Schüler mit Realschulabschluss, die den Erwerb der Hochschulreife anstreben, hat eine Orientierungsfunktion. Ziel der Einstiegsphase ist es, Unterschiede im Entwicklungsstand der Schüler aufgrund verschiedenartiger Lernerfahrungen in vorher besuchten Schularten auszugleichen und die Voraussetzungen für die erfolgreiche Bewältigung der Anforderungen in der Qualifikationsphase zu schaffen.

Die Unterrichtsmethoden und -inhalte sollen der Heterogenität der Schülerschaft besondere Aufmerksamkeit widmen. Bei der Leistungsmessung wird dem entsprechend Rechnung getragen (siehe oben).

Der Lehrplan ist verbindliche Grundlage des Unterrichts, die didaktisch-methodische Gestaltung des Unterrichts, die Wahl der Unterrichtsformen sowie die Anordnung von Lerninhalten obliegen der Lehrperson. Zu beachten ist grundsätzlich, dass der Unterricht Möglichkeiten bietet, Schüler mit Lernschwierigkeiten und Schüler mit besonderen Begabungen gleichermaßen zu fördern.

Der Erwerb von Lernkompetenzen sowie fachspezifischen Kompetenzen ist, für Schüler, die dem Realschulbildungsgang angehören, ebenso Grundlage wie im gymnasialen Bildungsgang. Grundsätzlich erwerben auch die Haupt- und Realschüler ihre Kompetenzen in den aufgeführten Themenbereichen, es sollte allerdings darauf geachtet werden, dass die Komplexität von Aufgabenstellungen der Schulform angepasst wird.

#### **5. Tabellarische Übersicht über Kompetenzen, Methoden und Inhalte**

In der folgenden Übersicht sind die verbindlichen Kompetenzen und Inhalte sowie schulspezifische Ergänzungen dargestellt.

Die oben angegebenen Ziele für die Lernkompetenzen müssen im Laufe der Jahre im Unterricht aufgebaut, gefördert und gefordert werden, wobei die Schulart deutlich zu berücksichtigen ist. Haupt- und Realschüler sollen aber diese Ziele auch anstreben können. Die Hinweise zur Differenzierung (Schulformen: HS, RE, GY) nehmen in der folgenden tabellarischen Übersicht Bezug auf die fachspezifischen Kompetenzen (Sachkompetenzen).

Basis der Stundenzahlen sind 39 Unterrichtswochen, in denen die Klassenstufen 5, 8 und 9 je dreistündig, die Klassenstufen 6, 7, 10, 11 und 12 je zweistündig im Fach Sport unterrichtet werden.

**5.1 KLASSE 5/6**

Kompetenzen		Inhalte	Schulform	Zeit in Unt.- wochen	Methoden- kompetenzen	Schulspezifische Ergänzungen
Sachkompetenzen	Sozial- kompetenzen					
<b>Themenbereich: Gesundheit und Fitness</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... eine gesundheitsbezogene Fitness in den Lernbereichen nachweisen.</p> <p>... Maßnahmen zur Verletzungsprophylaxe (z. B. Erwärmung, Kräftigung) nennen und diese unter Anleitung durchführen.</p> <p>... Körpererfahrungen (z. B. An- und Entspannung, Pulsfrequenz) im Zusammenhang mit den den Lernbereichen zugrunde liegenden Sportarten beschreiben.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... die gesundheitlichen Voraussetzungen der Mitschüler erkennen und akzeptieren und deren sportliche Leistungen auf dieser Basis wertschätzen</p>	<p><b>Allgemeine Ausdauer</b> In einem gesundheitswirksamen Bereich ausdauernd bewegen.</p> <p><b>Kräftigung</b> Gesundheitsorientierte Kräftigungsübungen unter Anleitung korrekt durchführen (z. B. Circuit).</p> <p><b>Beweglichkeit</b> Vielfältige koordinative Aufgaben unter Anleitung bewältigen.</p> <p><b>Entspannung</b> Ausgewählte Entspannungsverfahren unter Anleitung durchführen.</p>	HS/RE/GY	4	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Fitnesstests zur Bewertung des individuellen Gesundheitszustandes unter Anleitung durchführen.</p> <p>... exemplarisch gesundheitsorientierte Fitnessübungen durchführen.</p>	

**Themenbereich: Leichtathletik**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... vielfältige Spiele und Übungsformen zur vorrangigen Entwicklung von Lauf-schnelligkeit in Kopp-lung mit koordinati-ven Anforderungen üben.</p> <p>... in Spiel- und Wett-bewerbsformen ein- und beidbeinig sprin-gen und flache Hin-dernisse springend überwinden.</p> <p>... in Spiel- und Wett-bewerbsformen mit unterschiedlichen Wurfspielgeräten schnell und ziel-genau weit werfen.</p> <p>... einen Dreikampf mit Übungsformen aus den unterschied-lichen Disziplinen-gruppen zusamen-stellen und leistungs-orientiert ausführen.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... sich selbst und die Leistungen der Mitschüler real einschätzen und akzeptieren.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>... sich in Übungs- und Wettbewerbssituationen fair verhalten.</p> <p>... beharrlich, zielgerichtet und selbstkontrolliert üben.</p> <p>...Sicherheitsbestim-mungen einhalten und aktive Unfallverhütung be-treiben,</p> <p>... Geräte sachgerecht transportieren und ab-legen.</p>	<p><b>Laufen</b> 50 Meter Sprint Starttechniken Ausdauerndes Laufen</p> <p><b>Springen</b> Weitsprung Hochsprungtechniken</p> <p><b>Werfen</b> Schlagballweitwurf</p> <p><b>Leichtathletischer Mehrkampf</b> Dreikampf</p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>10</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... leichtathletische Spiele leiten.</p> <p>... Methoden des Erwärmens und Aus-laufens anwenden.</p> <p>... wesentliche Be-wegungsmerkmale des Sprintstarts, der Weit- und Hoch-sprünge, sowie des Schlagballweitwurfes beobachten und korrigieren.</p> <p>... Bewegungsab-läufe des Sprint-starts, Weitsprungs, Schlag-ballweitwurfs be-schreiben.</p> <p>... nach Laufbelast-ungen den Puls messen.</p>	<p>Im Bereich der Leichtathletik werden ver-schiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie die Bundesjugend-spiele angeboten.</p> <p>Leichtathletik-AG im Angebot.</p>
---	---	--	-----------------	-----------	--	--

**Themenbereich: Boden- und Gerätturnen/Gymnastik/Tanz**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Grundtätigkeiten (z. B. Stützen, Springen, Rollen, Schwingen, Hängen, Balancieren und Klettern) an verschiedenen Geräten oder Gerätearrangements ausführen.</p> <p>... Technikmerkmale einzelner Elemente beschreiben.</p> <p>... Übungen aus mindestens drei Elementen an zwei Geräten (z. B. Boden, Balken/Barren) präsentieren.</p> <p>... wesentliche Bewegungsmerkmale beobachten und korrigieren.</p> <p>... geeignete Bewegungen für Rhythmen auswählen.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... allein, mit dem Partner oder mit der Gruppe Kürübungen selbstständig gestalten und präsentieren.</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... Risiken abwägen, Ängste überwinden und Hemmungen abbauen.</p> <p>... seine turnerischen Leistungen realistisch einschätzen und eigene Stärken weiter ausbauen.</p> <p>... Leistungsunterschiede und Besonderheiten tolerieren und sich in die Gruppe integrieren.</p>	<p><b>Bock, Kasten (0.80 m)</b> Sprunggrätsche/-hocke</p> <p><b>Boden</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Schwebebalken</b> Kür-Übung mit drei Elementen</p> <p><b>Barren</b> Kür-Übung mit drei Elementen</p> <p><b>Gymnastik ohne Handgerät</b> Kür-Übung mit fünf Elementen</p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>6</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... allein, mit dem Partner oder mit der Gruppe Kürübungen selbstständig gestalten und präsentieren.</p> <p>... ggf. Unterrichtssequenzen selbstständig planen, durchführen und reflektieren.</p> <p>... eigene Bewegungsideen entwickeln und umsetzen.</p> <p>... Gerätearrangements zur Präsentation sinnvoll nutzen.</p>
--	---	---	-----------------	----------	--



**Themenbereich: Sportspiele**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... die Zielschuss- spiele und Rück- schlagspiele unter vereinfachten Be- dingungen spielen.</p> <p>... grundlegende Spielfertigkeiten anwenden.</p> <p>... grundlegende taktische Situationen übernehmen.</p> <p>... einfache Komplex- übungen und Spiel- formen ausführen.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Spielfreude und -moti- vation zeigen.</p> <p>... die eigene Spielfähig- keit einschätzen.</p> <p>... das Leistungsver- mögen der Mitschüler im Spiel akzeptieren, aus- gleichend handeln bzw. Mitschüler in das Spiel einbeziehen.</p> <p>...mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>...sich in Übungs- und Spielsituationen fair und unfallverhütend verhalten.</p> <p>... Teams/Mannschaften bilden und in ihnen ko- operieren.</p>	<p><b>Fußball</b> <b>Basketball</b> <b>Handball</b> <b>Hockey</b></p> <p><b>Volleyball</b> <b>Badminton</b> <b>Tischtennis</b></p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>12</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... erlernte Spielfertig- keiten und Taktik- varianten im je- weiligen Zielspiel situationsgerecht und flexibel anwenden.</p> <p>...einfache Spiel- regeln anwenden und ihre Einhaltung be- obachten.</p> <p>... kleine Spiele leiten.</p> <p>...wesentliche Bewe- gungsmerkmale beobachten.</p>	<p>Im Bereich der Sportspiele werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie schuleigene Wettkämpfe ange- boten.</p> <p>Fuba, Voba, TT-AG und weitere nach Interessenlage im Angebot.</p>
---	--	--	-----------------	-----------	---	---

**Themenbereich: Schwimmen**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in einer Schwimmart 20 Minuten ausdauernd schwimmen, 50 m schnell schwimmen, am Beckenrand wenden.</p> <p>...eine weitere Schwimmart in der Grobform demonstrieren.</p> <p>... bis zu 10 m weit und nach Gegenständen tief tauchen.</p> <p>...Bewegungsabläufe der Schwimmarten beschreiben.</p> <p>... Regeln für die Sicherheit im Schwimmbecken nennen.</p> <p>... einfache Maßnahmen der Ersten Hilfe nennen.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>...Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... sich entsprechend den Regeln im Wasser verhalten.</p> <p>... Regeln für gemeinsames Handeln und Verhalten im Wasser vereinbaren und einhalten.</p> <p>... Ängste und Hemmungen abbauen und sich sicher im Medium Wasser bewegen.</p>	<p><b>Schwimmtechniken</b> Brustschwimmen Kraulschwimmen Rückenschwimmen</p> <p><b>Starttechnik</b></p> <p><b>Tauchen</b></p> <p><b>Zeitschwimmen</b></p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>7</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Bewegungsabläufe der Schwimmarten beobachten.</p> <p>...beim Tauchverhalten die Atmung kontrollieren.</p>	<p>ISAKL-Schwimmwettkampf und Schwimm-AGs im Angebot.</p>
--	---	---	-----------------	----------	--	---

5.2 Klasse 7/8						
Kompetenzen		Inhalte	Schulform	Zeit in Unt.-wochen	Methodenkompetenzen	Schulspezifische Ergänzungen
Sachkompetenzen	Sozialkompetenzen					
<b>Themenbereich: Gesundheit und Fitness</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Ausdauer orientierte kleine Spiele spielen: Kettenfangen, Umkehr-, Pendel-, und Rundenstaffel, Gelände- und Orientierungsspiele, Dauerläufe über 12-30 min.</p> <p>... Kreis- und Stationstraining ohne und mit zusätzlichen Widerständen durchführen.</p> <p>... vielfältige koordinative Aufgaben unter Anleitung bewältigen. ...</p> <p>... Laufspiele mit ver-</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in gesundheitsorientierten Bewegungsformen kooperativ arbeiten.</p> <p>... das Vorgehen und Ergebnis reflektieren und wertschätzen.</p> <p>... seinen Gesundheitszustand einschätzen und entsprechende Konsequenzen für sein gesundheitssportliches Handeln ableiten.</p> <p>... sich motivieren, gesundheitsrelevanten Sport und Bewegung durchzuführen.</p>	<p><b>Aerobe Ausdauer</b></p> <p><b>Kraftausdauer</b></p> <p><b>Beweglichkeit</b></p> <p><b>Erholung und Regeneration</b></p>	HS/RE/GY	4	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... fächerübergreifendes Wissen anwenden.</p> <p>... Fitnesstests zur Bewertung des individuellen Gesundheitszustandes analysieren.</p> <p>...lernbereichsspezifisches Wissen aufbereiten und präsentieren.</p>	

<p>schiedenen Aufgabenstellungen zur Überwindung von Hindernissen und des eigenen Körpergewichts absolvieren.</p> <p>... ausgewählte Entspannungsverfahren durchführen.</p>						
<b>Themenbereich: Leichtathletik</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in Spiel- und Wettbewerbsformen schnell und ausdauernd laufen.</p> <p>... Zeitschätz- und Genauigkeitsläufe absolvieren.</p> <p>... bei Staffelläufen fliegend wechseln.</p> <p>... in Spiel- und Wettbewerbsformen ein- und beidbeinig sowie einfach und mehrfach rhythmisch in der Ebene bzw. über Hindernisse springen.</p> <p>... in Spiel- und Wett-</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... sich selbst und die Leistungen der Mitschüler real einschätzen und akzeptieren.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>... sich in Übungs- und Wettbewerbssituationen fair verhalten.</p> <p>... beharrlich, zielgerichtet und selbstkontrolliert üben.</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... Geräte sachgerecht transportieren und</p>	<p><b>Laufen</b> 50/75 m Sprint Staffelläufe Starttechniken Ausdauerndes Laufen über mindestens 16 min. Zeitläufe über 800/1000 m</p> <p><b>Springen</b> Weitsprung Hochsprungtechniken</p> <p><b>Werfen/ Stoßen</b> Schlagballweitwurf Kugelstoßen (Mädchen 3kg und Jungen 4kg)</p> <p><b>Leichtathletischer Mehrkampf</b> Dreikampf</p>	HS/RE/GY	10	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Stundenteile/ Übungssequenzen nach vorgegebenen Kriterien unter Nutzung von Medien organisieren und durchführen.</p> <p>... Methoden der Ausdauerschulung zweckmäßig beim Üben einsetzen.</p> <p>... Bewegungsabläufe des Sprintstarts, Weit- und Hochsprungs, des Schlagballweitwurfs und Stoßens beobachten und korrigieren.</p> <p>... nach Laufbelast-</p>	<p>Im Bereich der Leichtathletik werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie die Bundesjugendspiele angeboten.</p> <p>Leichtathletik-AG im Angebot.</p>

<p>bewerbsformen mit unterschiedlichen Geräten schnell, zielgenau bzw. weit werfen und stoßen.</p> <p>... einen Mehrkampf mit mindestens drei Übungsformen aus den drei Disziplinen-gruppen zusammenstellen und leistungsorientiert ausführen.</p>	<p>ablegen.</p> <p>... sich bei Wahlaufgaben bewusst für die individuell passende entscheiden.</p> <p>... entsprechend der Aufgabenstellung leistungshomogene bzw. -heterogene Mannschaften bilden und sich in ihnen kooperierend verhalten.</p>				<p>ungen den Puls messen und bezüglich der Leistungs- und Erholungsfähigkeit einordnen.</p>	
--	--	--	--	--	---	--

**Themenbereich: Boden- und Gerätturnen/Gymnastik/Tanz**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... am Boden: Abrollen aus dem Handstand, Schwingen zum Handstand aus dem Stand, Strecksprünge mit halber und ganzer Drehung, Kopfstand aus verschiedenen Positionen.</p> <p>... am Schwebebalken: Sprungaufhocken (beidbeinig), Rückschwung durch den Reitsitz in die Kniewaage, Strecksprünge mit halber und ganzer Drehung</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Risiken abwägen, Ängste überwinden und Hemmungen abbauen.</p> <p>... seine turnerischen Leistungen realistisch einschätzen und eigene Stärken weiter ausbauen.</p> <p>... in kooperativen Arbeitsformen Gruppenpräsentationen erstellen.</p> <p>... andere motivieren und anderen vertrauen.</p> <p>... Hilfe einfordern, annehmen und verantwortungsvoll geben.</p>	<p><b>Boden</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Schwebebalken</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Bock, Kasten (1.00 m)</b> Sprunggrätsche/-hocke</p> <p><b>Barren</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Gymnastik/Tanz</b> Bewegen in Raum und Zeit, nach Rhythmus und Klang.</p>	HS/RE/GY	6	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in kooperativen Arbeitsformen Gruppenpräsentationen erstellen.</p> <p>... Gerätearrangements zur Präsentation sinnvoll nutzen.</p> <p>... Bewegungsabläufe anhand von Technik-kriterien beobachten.</p> <p>... spielerisch experimentieren.</p> <p>... Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers</p>	
--	---	---	----------	---	---	--

<p>(auch als Abgang), Standwaage vorlings, Grätsch-Winkelstand.</p> <p>... am Bock/Kasten: die Sprunggrätsche und Sprunghocke.</p> <p>... am Barren: Rolle vorwärts am Holmen- ende in den Grätsch- sitz Vor- und Rück- schwingen im Quer- stütz mit Grätschen und Schließen der Beine, Drehspreiz- Schwünge, Wende zum Außenquer- stand, Spreizsitz, Grätschsitz.</p> <p>... Sicherheitsbestim- mungen einhalten und aktive Unfallver- hütung betreiben.</p> <p>... eigene Beweg- ungsideen entwickeln und umsetzen.</p> <p>... Bewegungsab- läufe anhand von Technikkriterien beobachten und korrigieren.</p> <p>... unter Anleitung</p>				<p>erfahren und wahr- nehmen.</p>	
--	--	--	--	---------------------------------------	--

<p>helfen und sichern.</p> <p>... Bewegungs- und tanzfolgen gezielt beobachten und korrigieren.</p> <p>... Rhythmus erfahren und in Bewegungen umsetzen.</p>						
<b>Themenbereich: Sportspiele</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... das Fußballspiel unter leicht vereinfachten Bedingungen spielen. Übungs- und Spielsituationen 1:1, Angriff und Abwehr, Innenspannstoß (Flugbälle), Dribbling und Finten, Kopfballspiel, Zusammenspiel und Positionswechsel in die Tiefe und Breite.</p> <p>... das Basketballspiel unter leicht vereinfachten Bedingungen spielen. 1:1 zum Korb, Zweier-Kontakt-Rhythmus, Sternschritt, Korbwurf aus</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Spielfreude und –motivation zeigen.</p> <p>... die eigene Spielfähigkeit einschätzen.</p> <p>... das Leistungsvermögen der Mitschüler im Spiel akzeptieren.</p> <p>... ausgleichend handeln bzw. Mitschüler in das Spiel einbeziehen.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>... sich in Übungs- und Spielsituationen fair und unfallverhütend verhalten.</p>	<p><b>Fußball</b> <b>Basketball</b> <b>Handball</b> <b>Hockey</b></p> <p><b>Volleyball</b> <b>Badminton</b> <b>Tischtennis</b></p>	HS/RE/GY	12	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... erlernte Spielfertigkeiten und Taktikvarianten im jeweiligen Zielspielsituationsgerecht und flexibel anwenden.</p> <p>... Stundenteile/ Übungssequenzen nach vorgegebenen Kriterien unter Nutzung von Medien organisieren und durchführen.</p> <p>... Spielregeln anwenden und deren Einhaltung beobachten.</p> <p>... Spielhandlungen und –fertigkeiten</p>	<p>Im Bereich der Sportspiele werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie schuleigene Wettkämpfe angeboten.</p> <p>Fuba, Voba, TT-AG und weitere nach Interessenlage im Angebot.</p>

<p>der Bewegung, Mann- und Raumverteidigung.</p> <p>... das Volleyballspiel unter leicht vereinfachten Bedingungen (4:4) spielen. Funktionsverteilung, Alternativlösungen oberes und unteres Zuspiel in verschiedene Richtungen, Zusammenspiel von Zuspieler und Angreifer, Variieren der Standardformen (komplexe Übungen).</p> <p>... das Handballspiel unter leicht vereinfachten Bedingungen spielen. Vielfältige Spielformen auf mehrere Ziele, Torwurf, Ballannahme und -abgabe in der Vorwärtsbewegung, Prellen mit Richtungsänderungen, Sprungwurf, Zusammenspiel auf benachbarten Positionen, einfacher Gegenstoß, offensive</p>	<p>... Teams/Mannschaften bilden und in ihnen kooperieren.</p>				<p>beschreiben.</p>	
---	--	--	--	--	---------------------	--



<p>mannbezogene Raumdeckung.</p> <p>... das Hockeyspiel unter leicht vereinfachten Bedingungen spielen. Hallenhockeyvarianten 4:4 mit Kastentorwart, Kleinfeldhockey 5:5. Finten mit Vor- und Rückhand, Erweiterung der Ballsicherungsvarianten. Deckungs- und Störverhalten.</p> <p>... das Badmintonspiel unter leicht vereinfachten Bedingungen spielen. (Einzel/ Doppel), Entwicklung des spieltypischen Ball-, Raum-, Ziel- und Partnerverhaltens, Spiel am Netz schneller und langsamer, Drop, kurzer Aufschlag, Schlag- und Lauftechniken in einfachen und komplexen Übungssituationen.</p> <p>... das Tischtennis-</p>						
--	--	--	--	--	--	--

<p>spiel unter leicht vereinfachten Bedingungen spielen. Schnelleres und härteres Spiel mit geringer Rotation, einfache Spielformen mit vorgegebenen Spielweisen, Schmetterschlag (Vorhand), Einsatz einfacher taktischer Elemente (Platzierungsmöglichkeiten).</p>						
<b>Themenbereich: Schwimmen</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Brust-, Kraul-, und Rückenschwimmen.</p> <p>...erlernte Schwimmtechniken in den Wettkampfschwimmarten stabilisieren und verbessern.</p> <p>... verschiedene Schwimmkombinationen einführen.</p> <p>... den Greifstart und Rückenstart durchführen.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... Gefahrensituationen erkennen und sich situationsgerecht verhalten.</p> <p>... sich entsprechend den Regeln im Wasser verhalten.</p> <p>... seine Schwimmleistung und seinen Lernfortschritt realistisch ein-</p>	<p><b>Schwimmtechniken</b></p> <p><b>Start- und Wende-techniken</b></p> <p><b>Tauchen</b></p> <p><b>Zeitschwimmen</b></p> <p><b>Elemente des Rettungsschwimmens</b></p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>7</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen sachgerecht organisieren (kleine Spiele, Wettkämpfe, Staffelwettbewerbe) und leiten.</p> <p>... Bewegungsabläufe der Schwimmarten beobachten und nach Technikkriterien korrigieren.</p>	<p>ISAKL-Schwimmwettkampf und Schwimm-AGs im Angebot.</p>

<p>... Rücken-, Kraul- und Brustwende durchführen.</p> <p>... Streckentauchen bis 15m, Tieftauchen nach Gegenständen.</p> <p>... 50 Meter Kraul-, Rücken- und Brustschwimmen, 400 m schwimmen, ausdauerndes Schwimmen bis 20 Minuten.</p> <p>... Rettungshilfen (z. B. Rettungsring, -stange, -leine, Auftriebshilfen) situationsgerecht einsetzen.</p> <p>... Transportschwimmen (auch im Rettungsgriff), Befreiungsriffe, Bergung..</p>	<p>schätzen.</p> <p>... über die Bedeutung des Schwimmens für die Gesundheit reflektieren.</p>					
---	--	--	--	--	--	--

### 5.3 Klasse 9/10

Kompetenzen		Inhalte	Schulform	Zeit in Unt.- wochen	Methoden- kompetenzen	Schulspezifische Ergänzungen
Sachkompetenzen	Sozial- kompetenzen					
<b>Themenbereich: Gesundheit und Fitness</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... sich 12-30 Minuten in einem gesundheitswirksamen Bereich ausdauernd bewegen (z. B. Aerobic, Radfahren).</p> <p>... gesundheitsorientierte Kraft- und Beweglichkeitsübungen unter Anleitung korrekt durchführen (z. B. Circuit).</p> <p>... vielfältige koordinative Aufgaben unter Anleitung bewältigen.</p> <p>... ausgewählte Entspannungsverfahren</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in gesundheitsorientierten Bewegungsformen kooperativ arbeiten.</p> <p>... das Vorgehen und Ergebnis reflektieren und wertschätzen.</p> <p>... die gesundheitlichen Voraussetzungen der Mitschüler erkennen und akzeptieren und deren sportliche Leistungen auf dieser Basis wertschätzen.</p> <p>... seinen Gesundheitszustand einschätzen (z. B. Stresszustand, Risikoverhalten) und geeignete</p>	<p><b>Aerobe Ausdauer</b></p> <p><b>Kraftausdauer</b></p> <p><b>Beweglichkeit</b></p> <p><b>Erholung und Regeneration</b></p>	HS/RE/GY	4	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>...exemplarisch gesundheitsorientierte Fitnessübungen planen, durchführen und reflektieren.</p> <p>... Fitnesstests zur Bewertung des individuellen Gesundheitszustandes unter Anleitung durchführen und werten.</p> <p>.... lernbereichsspezifisches Wissen anschaulich aufbereiten und präsentieren.</p> <p>...fächerübergreifendes Wissen an-</p>	

<p>unter Anleitung durchführen.</p> <p>... Auswirkungen von Sport und Bewegung auf das individuelle Wohlbefinden und deren Einflussfaktoren nennen und für sich einordnen.</p> <p>... fächerübergreifende Zusammenhänge der Gesundheit (z. B. von Sport und Ernährung, Bewegung und sozialem Wohlbefinden) erklären und adäquate Ableitungen für sich treffen.</p>	<p>Schlussfolgerungen für sein Handeln ziehen.</p> <p>... an seinem Selbstkonzept arbeiten, d. h. entsprechende Konsequenzen für sein gesundheitssportliches Handeln ableiten.</p>				wenden.	
<b>Themenbereich: Leichtathletik</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in Spiel- und Wettbewerbsformen schnell und ausdauernd laufen, dabei Hindernisse überwinden und Zusatzaufgaben lösen.</p> <p>... 100 m aus dem Tiefstart sprinten.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... sich selbst und die Leistungen der Mitschüler real einschätzen und akzeptieren.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>... sich in Übungs- und Wettbewerbssituationen fair verhalten.</p>	<p><b>Laufen</b> 75 /100 m Sprint Staffelläufe Starttechniken Ausdauerndes Laufen Zeitläufe über 800/1000 m</p> <p><b>Springen</b> Weitsprung Hochsprungtechniken</p> <p><b>Werfen/Stoßen</b> Diskus</p>	HS/RE/GY	10	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... zielgerichtetes Üben in Gruppen unter Mediennutzung planen, organisieren und auswerten,</p> <p>... Belastungsmethoden zur zielgerichteten Leistungssteigerung einsetzen.</p>	<p>Im Bereich der Leichtathletik werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie die Bundesjugendspiele angeboten.</p> <p>Leichtathletik-AG im Angebot.</p>

<p>... bei Staffelläufen fliegend im gemischten Wechsel wechseln.</p> <p>... mindestens 20 Minuten ausdauernd laufen.</p> <p>... in Spielformen ein- und beidbeinig sowie im Wechsel, einfach und mehrfach und über Hindernisse springen.</p> <p>... Tiefweitsprünge durchführen, aus passendem Anlauf vom Absprungbalken weit springen.</p> <p>... in Spiel- und Wettbewerbsformen mit unterschiedlichen Geräten schnell, zielgenau bzw. weit werfen und stoßen.</p> <p>... den Schleuderball und/oder andere Wurfgeräte (z. B. Wurfring, Wurf-scheibe) mit ganzer und 1½ Drehung weit werfen.</p>	<p>... beharrlich, zielgerichtet und selbstkontrolliert üben.</p> <p>... sich bei Wahlaufgaben bewusst für die individuell passende entscheiden.</p> <p>... entsprechend der Aufgabenstellung leistungshomogene bzw. -heterogene Mannschaften bilden und sich in ihnen kooperierend verhalten.</p>	<p>Kugelstoßen (Mädchen 4kg und Jungen 5kg)</p> <p><b>Leichtathletischer Mehrkampf</b> Dreikampf</p>		<p>... Bewegungsabläufe der leichtathletischen Disziplinen an sich und anderen beobachten und korrigieren.</p> <p>... nach Wettkampfrregeln handeln.</p> <p>... Kenntnisse und Bewegungsabläufe aus anderen und auf andere Lernbereiche bzw. die Freizeit übertragen.</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p>	
---	--	--	--	--	--

<p>... einen Mehrkampf mit Übungsformen ausgleichen oder unterschiedlichen Disziplinengruppen zusammenstellen und leistungsorientiert ausführen.</p> <p>... Gesundheitspotenziale des ausdauernden Laufens unter Einbeziehung biologischer Kenntnisse erläutern, die eigene Leistungsentwicklung dokumentieren, Ziele ableiten und Pläne für das häusliche Üben erstellen.</p>						
--	--	--	--	--	--	--

**Themenbereich: Boden- und Gerätturnen/Gymnastik/Tanz**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>...am Boden: Abrollen aus dem Handstand, Schwingen zum Handstand aus dem Stand, Strecksprünge mit halber und ganzer Drehung, Kopfstand aus verschiedenen Positionen, Schulter-Felgrolle.</p> <p>... am Schwebebalken: Sprungaufhocken (beidbeinig), Rückschwung durch den Reitsitz in die Kniewaage. Strecksprünge mit halber und ganzer Drehung (auch als Abgang), Standwaage vorlings, Grätsch-Winkelstand. Aufspringen mit einarmigem Stütz und einbeinigem Absprung. Handstütz-Überschlag seitwärts (Abgang).</p> <p>... am Bock/Kasten: Sprunggrätsche/-</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Risiken abwägen, Ängste überwinden und Hemmungen abbauen.</p> <p>... seine turnerischen Leistungen realistisch einschätzen und eigene Stärken weiter ausbauen.</p> <p>... situationsangemessene Formen des Miteinanders akzeptieren und bewusst ausüben.</p> <p>... in kooperativen Arbeitsformen Gruppenpräsentationen erstellen, andere motivieren und anderen vertrauen.</p> <p>... Hilfe einfordern, annehmen und verantwortungsvoll geben.</p>	<p><b>Boden</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Schwebebalken</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Bock, Kasten (1.10 m)</b></p> <p><b>Barren</b> Kür-Übung mit vier Elementen</p> <p><b>Gymnastik/Tanz</b></p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>6</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... allein, mit dem Partner oder mit der Gruppe Kürübungen selbstständig gestalten und präsentieren.</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>...ggf. Unterrichtssequenzen selbstständig planen, durchführen und reflektieren.</p> <p>... eigene Bewegungs-ideen entwickeln und umsetzen.</p> <p>... Gerätearrangements zur Präsentation sinnvoll nutzen.</p> <p>...Übungsverbindungen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen und Bewerten.</p>
--	--	--	-----------------	----------	---



<p>hocke, Handstützüberschlag</p> <p>...am Barren: Rolle vorwärts aus dem Grätschsitz in den Grätschsitz, Oberarmstand aus dem Grätschsitz, Abrollen aus dem Oberarmstand zum Grätschsitz, Sprung in den Oberarmstütz, Drehflanke, Aufstemmen aus dem Oberarmstütz beim Vorschwung, Sitzkehre aus dem Grätschsitz in den Grätschsitz.</p> <p>... einen turnerischen Dreikampf gestalten.</p> <p>... Gymnastik/ Tanz: spielerisches Experimentieren, Erfahren/Wahrnehmen der Bewegungs- und Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers ohne und mit Handgeräten. Bewegen in Raum und Zeit, nach Rhythmus und Klang,</p>				<p>... selbstständig helfen und sichern.</p>	
--	--	--	--	--	--

**Themenbereich: Sportspiele**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Zielschusspiel und Rückschlagspiele unter regelgerechten Bedingungen spielen.</p> <p>... erlernte Spielfertigkeiten im Spiel situativ, flexibel und regelgerecht einsetzen.</p> <p>... Varianten grundlegender Spielfertigkeiten zielgerichtet einsetzen.</p> <p>... Spielzüge antizipieren und mit passenden Spielfertigkeiten reagieren.</p> <p>... mannschaftstaktische Aufgaben lösen: Positionen wechseln, Spiel verlagern, mit Partner/n zusammenspielen, Räume decken.</p> <p>... komplexe Übungs-</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Spielfreude und –motivation zeigen.</p> <p>... die eigene Spielfähigkeit einschätzen.</p> <p>... das Leistungsvermögen der Mitschüler im Spiel akzeptieren, ausgleichend handeln bzw. Mitschüler in das Spiel einbeziehen.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>... sich in Übungs- und Spielsituationen fair und unfallverhütend verhalten.</p> <p>... Teams/Mannschaften bilden und in ihnen kooperieren.</p>	<p><b>Fußball</b> <b>Basketball</b> <b>Handball</b> <b>Hockey</b></p> <p><b>Volleyball</b> <b>Badminton</b> <b>Tischtennis</b></p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>12</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... erlernte Spielfertigkeiten und Taktikvarianten im jeweiligen Zielspiel situationsgerecht und flexibel anwenden.</p> <p>... Stundenteile/ Übungssequenzen unter Nutzung selbst gewählter Medien planen und organisieren.</p> <p>... Spielregeln anwenden und deren Einhaltung beobachten.</p> <p>... Spielleistungen beobachten, einschätzen und korrigieren.</p>	<p>Im Bereich der Sportspiele werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie schuleigene Wettkämpfe angeboten.</p> <p>Fuba, Voba, TT-AG und weitere nach Interessenlage im Angebot.</p>
--	--	--	-----------------	-----------	---	---

<p>und Spielformen präzise, sicher und variabel bewältigen.</p> <p>... Spielregeln des Sportspiels wiedergeben.</p> <p>Einzel-, Doppel-, Mannschaftstaktik lösen: Lücken erkennen, mit Partner/n kooperieren.</p> <p>... Maßnahmen individueller und gemeinsamer Taktik beschreiben.</p> <p>... komplexe Übungs- und Spielformen präzise, sicher, variabel und schnell bewältigen (z. B. Block und Kontern).</p> <p>... Gesundheitspotenziale und Verletzungsrisiken der Spielsportart unter Einbeziehung biologischer Kenntnisse nennen.</p>						
---	--	--	--	--	--	--

**Themenbereich: Schwimmen**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>...erlernte Schwimmtechniken in den Wettkampfschwimmarten stabilisieren und verbessern, Schwimmkombinationen einführen.</p> <p>... Greifstart, Rückenstart mit Delfinbewegung unter Wasser, flache Rückenwende, flache und tiefe Kraulwende, Brustwende mit Tauchzug.</p> <p>... 50 m Kraul-, Rücken und Brustschwimmen, 400 m, 100 m Lagen, Ausdauerschwimmen bis 25 Minuten.</p> <p>... Streckentauchen bis 15 m, Tieftauchen nach Gegenständen, Hindernistauchen.</p> <p>... Transportschwimmen (auch im Rettungsgriff), Befreiungsgriffe, Bergung.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... sich entsprechend den Regeln im Wasser verhalten.</p> <p>... seine Schwimmleistung und seinen Lernfortschritt realistisch einschätzen und dokumentieren.</p> <p>... Gefahrensituationen erkennen und sich situationsgerecht verhalten.</p>	<p><b>Schwimmtechniken</b></p> <p><b>Start- und Wende-techniken</b></p> <p><b>Tauchen</b></p> <p><b>Zeitschwimmen</b></p> <p><b>Elemente des Rettungsschwimmens</b></p>	<p>HS/RE/GY</p>	<p>7</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen sachgerecht organisieren (kleine Spiele, Wettkämpfe, Staffelwettbewerbe) und leiten.</p> <p>... Bewegungsabläufe der Schwimmarten beobachten und nach Technikkriterien korrigieren.</p> <p>... beim Tauchen die Atmung kontrollieren und regulieren, sich nach Sicht orientieren.</p> <p>... situationsgerecht Maßnahmen zur Selbst- und Fremdrerettung auswählen.</p>	<p>ISAKL-Schwimmwettkampf und Schwimm-AGs im Angebot.</p>
---	--	---	-----------------	----------	--	---

#### 5.4 Klasse 11/12

In den Klassenstufen 11 und 12 wird in den von den Schülern gewählten Kursen die körperlich-sportliche Grundbildung vertieft. Aufbauend auf den in den Klassenstufen 5 bis 10 gesammelten Bewegungs-, Spiel- und Sporterfahrungen soll die individuelle Handlungsfähigkeit der Schüler unter dem Aspekt variabler Verfügbarkeit, aktiver Mitgestaltung und vielfältiger Anwendungsmöglichkeiten weiterentwickelt werden. Sie widerspiegelt sich in der weiteren Ausprägung der Sach-, Sozial- und Methodenkompetenz zur Bewältigung bewegungs-, spiel- und sportbezogener Lebenssituationen.

Der Unterricht im Grundfach Sport wird halbjährlich in Kursen durchgeführt. Den Schülern werden entsprechend den personellen und materiellen Bedingungen der Schule sowie unter Berücksichtigung ihrer Interessen und Neigungen, von Mädchen und Jungen gleichermaßen, Lernbereiche aus zwei Gruppen angeboten. Eine Gleichstellung von Mädchen und Jungen setzt die Möglichkeit einer koedukativen Kursgestaltung voraus.

Kompetenzen		Inhalte	Schulform GY	Zeit in Unt- wochen	Methodenkompetenz	Schulspezifische Ergänzungen
Sachkompetenzen	Sozialkompetenzen					
<b>Themenbereich: Gesundheit und Fitness</b>						
Der Schüler kann ...  ... sich 30-40 Minuten in einem gesundheitswirksamen Bereich ausdauernd bewegen (z. B. Aerobic, Radfahren).  ... gesundheitsorientierte Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeitsübungen zielgerichtet auswählen und selbstständig	Der Schüler kann ...  ... in gesundheitsorientierten Bewegungsformen kooperativ arbeiten, das Vorgehen begründen.  ...Ergebnisse interpretieren und wertschätzen.  ... die gesundheitlichen Voraussetzungen der Mitschüler erkennen und akzeptieren und deren sportliche Leistungen auf	<b>Aerobe Ausdauer</b>  <b>Kraftausdauer</b>  <b>Beweglichkeit</b>  <b>Erholung und Regeneration</b>	GY	4	Der Schüler kann ...  ... gesundheitsorientierte Fitnessübungen selbstständig planen, durchführen und reflektieren.  ... Fitnesstests zur Bewertung des individuellen Gesundheitszustandes selbstständig durchführen und Ergebnisse analysieren.	

<p>durchführen.</p> <p>... Techniken gesundheitsorientierter Sportarten und der Entspannung grundsätzlich anwenden.</p> <p>... Auswirkungen von Sport und Bewegung auf das individuelle Wohlbefinden und deren Einflussfaktoren beschreiben und theoriebasiert für sich und andere beurteilen.</p> <p>... fächerübergreifende Zusammenhänge (z. B. Sport und Adaptionen des Körpers, Sport und Sozialisation, Sport und Gesellschaft) erörtern.</p>	<p>dieser Basis wertschätzen und Handlungsanleitungen geben.</p> <p>... seinen Gesundheitszustand differenziert einschätzen und geeignete Schlussfolgerungen für sein Handeln ziehen.</p> <p>... sein Selbstkonzept einschätzen, d. h. seine Fähigkeiten und Fertigkeiten beschreiben und zielorientierte Konsequenzen für sein gesundheits-sportliches Handeln ableiten.</p> <p>... soziale Verantwortung für die Gesundheit anderer übernehmen.</p> <p>... sich motivieren, gesundheitsrelevanten Sport auch im Freizeitbereich durchzuführen, um seine individuelle Leistungsfähigkeit zu erhalten und zielstrebig zu verbessern.</p>				<p>... Entspannungsübungen zur Stressbewältigung verstehen und einsetzen können.</p> <p>... lernbereichsspezifisches Wissen in fächerübergreifenden Zusammenhängen aufbereiten, präsentieren und anwenden.</p>	
---	--	--	--	--	--	--

**Themenbereich: Leichtathletik**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in Spiel- und Wettbewerbsformen schnell und ausdauernd laufen, dabei Hindernisse überwinden.</p> <p>... Zeitschätz- und Genauigkeitsläufe sowie Beschleunigungs-, Tempowechsel-, Steigerungs-, Bergan- und/oder Treppenläufe absolvieren.</p> <p>... 4-8 Hürden im 3-er oder 5-er Rhythmus überwinden.</p> <p>... Wechseltechniken im Staffellauf regelgerecht ausführen.</p> <p>... mindestens 30 Minuten ausdauernd laufen.</p> <p>... in Spielformen ein- und beidbeinig sowie im Wechsel, einfach und mehrfach und</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... sich selbst und die Leistungen der Mitschüler real einschätzen und akzeptieren.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p> <p>...sich in Übungs- und Wettbewerbssituationen fair verhalten.</p> <p>... beharrlich, zielgerichtet und selbstkontrolliert üben.</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... Geräte sachgerecht transportieren und ablegen.</p> <p>... sich bei Wahlaufgaben bewusst für die individuell passende entscheiden.</p>	<p><b>Laufen</b> 100 m Sprint Starttechniken Hürden- u. Staffelläufe Ausdauerndes Laufen Zeitläufe über 400/800/1000 m</p> <p><b>Springen</b> Weitsprung Hochsprungtechniken</p> <p><b>Werfen/ Stoßen</b> Kugelstoßen (Mädchen 4kg und Jungen 5kg), Diskus, Speer</p> <p><b>Leichtathletischer Mehrkampf</b> Dreikampf</p>	<p>GY</p>	<p>10</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>...Unterrichtssequenzen unter Berücksichtigung von trainingswissenschaftlichen Erkenntnissen selbstständig planen, durchführen und reflektieren.</p> <p>... Übungen zur Entwicklung von Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeit zielgerichtet auswählen und selbstständig durchführen.</p> <p>...durch Selbst- und Fremdbeobachtung Mängel in der Bewegungsausführung wahrnehmen und korrigieren.</p> <p>... Gesundheitspotenziale und Verletzungsrisiken derleichtathletischen Disziplinen einschätzen und bewerten.</p>	<p>Im Bereich der Leichtathletik werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie die Bundesjugendspiele angeboten.</p> <p>Leichtathletik-AG im Angebot.</p>
---	---	--	-----------	-----------	--	--

<p>über Hindernisse springen.</p> <p>... eine Technik des Weitsprungs mit individuell gestaltetem Anlauf demonstrieren.</p> <p>... eine Technik des Hochsprungs mit individuell gestaltetem Anlauf demonstrieren,</p> <p>... mit dem Wurf- und Stoßgerät zielgenau, schnell bzw. weit werfen und stoßen.</p> <p>... eine Technik des Werfens regelgerecht demonstrieren.</p> <p>... einen Mehrkampf mit Übungsformen aus gleichen oder unterschiedlichen Disziplinengruppen zusammenstellen und leistungsorientiert ausführen.</p>				<p>... leichtathletische Wettkämpfe selbstständig planen, durchführen und auswerten.</p>	
--	--	--	--	--	--



**Themenbereich: Boden- und Gerätturnen/Gymnastik/Tanz**

<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... einen turnerischen Vierkampf bestreiten.</p> <p>... verschiedene Stützsprünge variabel ausführen.</p> <p>... erlernte Elemente und gymnastische Verbindungen in vielfältigen Übungen unter veränderten Bedingungen sicher turnen.</p> <p>... turnerische Fertigkeiten durch Erhöhung der Übungserfolge und Variabilität sicher bewältigen.</p> <p>... Kürübungen in Verbindung von genormten Bewegungen und Bewegungsalternativen im Rahmen selbst konzipierter Gerätearrangements improvisieren und kreativ gestalten sowie präsentieren.</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Risiken abwägen, Ängste überwinden und Hemmungen abbauen.</p> <p>... seine turnerischen Leistungen realistisch einschätzen und eigene Stärken weiter ausbauen.</p> <p>... situationsangemessene Formen des Miteinanders akzeptieren und bewusst ausüben.</p> <p>... in kooperativen Arbeitsformen Gruppenpräsentationen erstellen.</p> <p>... andere motivieren und anderen vertrauen.</p> <p>... Hilfe einfordern, annehmen und verantwortungsvoll geben.</p> <p>... Rhythmus erfahren und in Bewegungen umsetzen.</p>	<p>Turnerischer Vierkampf an folgenden Geräten:</p> <p><b>Boden</b> Kür-Übung</p> <p><b>Schwebebalken</b> Kür-Übung</p> <p><b>Bock, Kasten (1.10 m)</b> Stützsprünge</p> <p><b>Barren</b> Kür-Übung</p> <p><b>Gymnastik/Tanz</b></p>	<p>GY</p>	<p>6</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... allein, mit dem Partner oder mit der Gruppe Kürübungen selbstständig gestalten und präsentieren.</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... ggf. Unterrichtssequenzen selbstständig planen, durchführen und reflektieren.</p> <p>... eigene Bewegungs-ideen entwickeln und umsetzen.</p> <p>... Gerätearrangements zur Präsentation sinnvoll nutzen.</p> <p>... Übungsverbindungen selbstständig beurteilen und bewerten.</p> <p>... die erlernten Tech-</p>
---	--	--	-----------	----------	--

<p>... improvisations- oder bewegungs- rhythmische Gestaltungsaufgaben selbstständig lösen.</p> <p>... Gestaltungsmerkmale einer Choreografie erläutern.</p>					<p>niken des Helfens und Sichern bewusst anwenden.</p> <p>... verschiedene Bewegungsformen selbstständig und kreativ variieren und miteinander kombinieren.</p>	
<b>Themenbereich: Sportspiele</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... ein Zielschusspiel unter wettkampfnahen Bedingungen spielen, d.h. : erlernte Spielfertigkeiten und Mannschaftstaktiken situativ und flexibel anwenden.</p> <p>... komplexe taktische Situationen lösen, z.B. Umstellung von Raum auf Manndeckung.</p> <p>... komplexe koordinative Anforderungen unter zusätzlichen Belastungen lösen.</p> <p>... komplexe Übungs-</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Entwicklungen im Zusammenhang mit den Sportspielen (Kommerz, Doping) beurteilen und persönliche Konsequenzen ableiten.</p> <p>... Spielfreude und -motivation zeigen.</p> <p>... die eigene Spielfähigkeit einschätzen.</p> <p>... das Leistungsvermögen der Mitschüler im Spiel akzeptieren, ausgleichend handeln bzw. Mitschüler in das Spiel einbeziehen.</p> <p>... konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen.</p>	<p><b>Fußball</b> <b>Basketball</b> <b>Handball</b> <b>Hockey</b></p> <p><b>Volleyball</b> <b>Badminton</b> <b>Tischtennis</b></p>	<p>GY</p>	<p>12</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... erlernte Spielfertigkeiten und Taktikvarianten im jeweiligen Zielspiel situationsgerecht und flexibel anwenden.</p> <p>... Unterrichtssequenzen selbstständig planen, durchführen und reflektieren.</p> <p>... als Schiedsrichter fungieren.</p> <p>... durch Selbst- und Fremdbeobachtung von Spielhandlungen Mängel wahrnehmen und korrigieren.</p>	<p>Im Bereich der Sportspiele werden verschiedene ISAKL-Wettkämpfe sowie schuleigene Wettkämpfe angeboten.</p> <p>Fuba, Voba, TT-AG und weitere nach Interessenlage im Angebot.</p>

<p>und Spielformen mit Zusatzaufgaben bewältigen.</p> <p>... ein Rückschlagspiel unter wettkampfnahen Bedingungen spielen, d.h. : erlernte Spielfertigkeiten in Einzel, Doppel- und Mannschaftstaktiken situativ und flexibel anwenden.</p> <p>... komplexe taktische Situationen lösen.</p> <p>... komplexe koordinative Anforderungen unter zusätzlichen Belastungen (z. B. Zeit, Geschwindigkeit) lösen.</p> <p>... komplexe Übungs- und Spielformen mit Zusatzaufgaben bewältigen.</p> <p>...Bewegungsabläufe unter Einbeziehung physikalischer Gesetzmäßigkeiten</p>	<p>... sich in Übungs- und Spielsituationen fair und unfallverhütend verhalten.</p> <p>... Teams/Mannschaften bilden und in ihnen kooperieren.</p>					
---	--	--	--	--	--	--

<p>beschreiben.</p> <p>... sportspielspezifische Regeln erläutern.</p> <p>...Gesundheitspotenziale und Verletzungsrisiken der Sportart erläutern und bewerten.</p>						
<b>Themenbereich: Schwimmen</b>						
<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... in den Schwimmarten Brust-, Rücken- oder Kraulschwimmen mindestens 30 Minuten ausdauernd Schwimmen (Wechsel der Schwimmarten).</p> <p>... in Brust- und Rückenlage je 200 m schnell schwimmen.</p> <p>... im Kraulschwimmen 50 m sicher schwimmen.</p> <p>... Technikmerkmale</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben.</p> <p>... sich entsprechend den Regeln im Wasser verhalten.</p> <p>... die eigene Leistungsfähigkeit im Medium Wasser realistisch einschätzen, analysieren und dokumentieren.</p> <p>... Verantwortung für ein sicheres sportliches Handeln im Medium</p>	<p><b>Schwimmtechniken</b></p> <p><b>Start- und Wende-techniken</b></p> <p><b>Tauchen</b></p> <p><b>Zeitschwimmen</b></p> <p><b>Elemente des Rettungsschwimmens</b></p>	<p>GY</p>	<p>7</p>	<p>Der Schüler kann ...</p> <p>... Bewegungsabläufe der Schwimmarten beobachten und nach Technikkriterien korrigieren.</p> <p>...Schulschwimmwettkämpfe organisieren.</p> <p>... beim Tauchverhalten die Atmung kontrollieren und regulieren, sich nach Sicht und Gehör orientieren.</p>	<p>ISAKL-Schwimmwettkampf und Schwimm-AGs im Angebot.</p>

<p>der Schwimmarten erklären.</p> <p>... bis 15 m weit tauchen,</p> <p>... strömungsgünstige Körperlagen zur Verringerung antriebshemmender Widerstandskräfte erklären.</p> <p>... Gefahrensituationen in Gewässern erkennen, beurteilen und meiden.</p> <p>... Elemente des Rettungsschwimmens ausführen: Abschlepp- und Transportgriffe, Bergung von Verletzten aus dem Wasser, Befreiung aus Umklammerungen.</p>	<p>Wasser für sich und andere übernehmen (umfassende Wassersicherheit).</p> <p>... über die Bedeutung des Schwimmens für die Gesundheit reflektieren.</p>					
---	---	--	--	--	--	--

## 6. Operatoren

Operatoren, die Leistungen im **Anforderungsbereich I** (Reproduktion) verlangen:

Aufzählen nennen wiedergeben zusammenfassen	Kenntnisse (Fachbegriffe, Daten, Fakten, Modelle) und Aussagen in komprimierter Form unkommentiert darstellen
benennen bezeichnen	Sachverhalte, Strukturen und Prozesse begrifflich präzise aufführen
beschreiben darlegen darstellen	Wesentliche Aspekte eines Sachverhaltes im logischen Zusammenhang unter Verwendung der Fachsprache wiedergeben

Operatoren, die Leistungen im **Anforderungsbereich II** (Reorganisation und Transfer) verlangen:

analysieren	Materialien oder Sachverhalte kriterienorientiert oder aspektgeleitet erschließen, in systematische Zusammenhänge einordnen und Hintergründe und Beziehungen herausarbeiten
auswerten	Daten oder Einzelergebnisse zu einer abschließenden Gesamtaussage zusammenführen
charakterisieren	Sachverhalte in ihren Eigenarten beschreiben und diese dann unter einem bestimmten Gesichtspunkt zusammenführen
einordnen	Eine Position zuordnen oder einen Sachverhalt in einen Zusammenhang stellen
erklären	Sachverhalte durch Wissen und Einsichten in einen Zusammenhang (Theorie, Modell, Regel, Gesetz, Funktionszusammenhang) einordnen und deuten
erläutern	Wie erklären, aber durch zusätzliche Informationen und Beispiele verdeutlichen
herausarbeiten ermitteln erschließen	Aus Materialien bestimmte Sachverhalte herausfinden, auch wenn sie nicht explizit genannt werden, und Zusammenhänge zwischen ihnen herstellen
interpretieren	Sinnzusammenhänge aus Materialien erschließen
vergleichen	Sachverhalte gegenüberstellen, um Gemeinsamkeiten, Ähnlichkeiten und Unterschiede herauszufinden
widerlegen	Argumente anführen, dass Daten, eine Behauptung, ein Konzept oder eine Position nicht haltbar sind

Operatoren, die Leistungen im <b>Anforderungsbereich III</b> (Reflexion und Problemlösung) verlangen:	
begründen	Zu einem Sachverhalt komplexe Grundgedanken unter dem Aspekt der Kausalität argumentativ und schlüssig entwickeln
beurteilen	Den Stellenwert von Sachverhalten oder Prozessen in einem Zusammenhang bestimmen, um kriterienorientiert zu einem begründeten Sachurteil zu gelangen
bewerten Stellung nehmen	Wie beurteilen, aber zusätzlich mit Reflexion individueller und politischer Wertmaßstäbe, die Pluralität gewährleisten und zu einem begründeten eigenen Werturteil führen
entwerfen	Ein Konzept in seinen wesentlichen Zügen erstellen
entwickeln	Zu einem Sachverhalt oder zu einer Problemstellung ein konkretes Lösungsmodell, eine Gegenposition, ein Lösungskonzept oder einen Regelungsentwurf begründend skizzieren
erörtern	Zu einer vorgegebenen Problemstellung eine reflektierte, kontroverse Auseinandersetzung führen und zu einer abschließenden, begründeten Bewertung gelangen
gestalten	Produktorientierte Bearbeitung von Aufgabenstellungen. Dazu zählen unter anderem das Entwerfen von eigenen Reden, Strategien, Beratungsskizzen, Karikaturen, Szenarien, Spots und von anderen medialen Produkten sowie das Entwickeln von eigenen Handlungsvorschlägen und Modellen
problematisieren	Widersprüche herausarbeiten, Positionen oder Theorien begründend hinterfragen
prüfen überprüfen	Inhalte, Sachverhalte, Vermutungen oder Hypothesen auf der Grundlage eigener Kenntnisse oder mithilfe zusätzlicher Materialien auf ihre sachliche Richtigkeit bzw. auf ihre innere Logik hin untersuchen
sich auseinander setzen diskutieren	Zu einem Sachverhalt, zu einem Konzept, zu einer Problemstellung oder zu einer These etc. eine Argumentation entwickeln, die zu einer begründeten Bewertung führt
Operatoren für den Praxis-Theorie-Verbund	
absolvieren	Gestellte Anforderungen erfüllen z. B.: absolvieren eines Mehrkampfes in einer wettkampfnahen Situation
bewältigen	Vorgegebene Normen und/oder Anforderungen erfolgreich erreichen z. B.: bewältigen einer Sprintstrecke in max. Tempo
demonstrieren	Eine Bewegung oder Technik nach vorgegebenen oder selbst gewählten Kriterien vorführen
einschätzen	Situationen, Sachverhalte, eigenes Können und eigene Möglichkeiten realistisch bewerten
organisieren	Ein Spiel, eine Übung, einen Wettkampf vorbereiten und durchführen
präsentieren	Vorstellen, zeigen von Arbeitsergebnissen z. B. Kürübungen beim Turnen
reflektieren	Prozesse und Bewegungshandlungen hinsichtlich bestimmter theorie-oder erfahrungsbezogener Kriterien hinterfragen
steigern	Konditionelle, technische und/oder psychische Faktoren auf ein erhöhtes Niveau bringen z.B.: das Selbstvertrauen steigern
trainieren	Ziele zur systematischen Steigerung oder Festigung der sportlichen Leistungsfähigkeit verfolgen
üben	Kriterienbezogene Optimierung von gelernten Bewegungen z. B.: üben von turnspezifischen Fertigkeiten

