



GYMNASIUM AN DER VECHTE

EMLICHHEIM

Fachgruppe Sport

Schuleigener Arbeitsplan für die Jahrgänge 5-10

Neufassung März 2020

Inhaltsverzeichnis

	<u>Seite</u>
Abschnitt I. Zuordnung der Inhalte und Kompetenzen	
1. Kurzübersicht Sportarten Jgst. 5-10	3
2. Jahrgänge 5 und 6	4
3. Jahrgänge 7 und 8	7
4. Jahrgänge 9 und 10	10
Abschnitt II. Möglichkeiten der Digitalisierung im Sportunterricht	12
Abschnitt III. Hinweise zur Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung	
1. Grundsätze der Leistungsbewertung	14
2. Bewertungskriterien	14
3. Ermittlung der Gesamtnote	15

Abschnitt I: Übersicht nach Jahrgängen

Die Zuordnung der Sportarten erfolgt grundsätzlich in Doppeljahrgänge. Die Verteilung auf die beiden Einzeljahrgänge obliegt der Entscheidung der jeweiligen Lehrkraft. Einzelne Sportarten sind aus organisatorischen oder pädagogischen Gründen fest einem Jahrgang zugeordnet.

1. Zuordnung der Sportarten in der Übersicht

Bewegungsfelder	Jahrgänge 5 und 6	Jahrgänge 7 und 8	Jahrgänge 9 und 10
1. Spielen	<ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele, Entwicklung und Umformung von Spielen (Jgst. 5) • Basketball 1 • Fußball 1 • Handball 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Volleyball 1 • Tischtennis • Handball 1 • Fußball 2 • Badminton 1 • Hockey 	<ul style="list-style-type: none"> • Volleyball 2 • Handball 2 • Badminton 2 • Basketball 2
2. Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmen 1 (Jgst. 5) 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmen 2 (Jgst. 8) 	
3. Turnen und Bewegungskünste,	<ul style="list-style-type: none"> • Bodenturnen; Akrobatik (Jgst. 5) • Geräteturnen 1 	<ul style="list-style-type: none"> • Geräteturnen 2 	<ul style="list-style-type: none"> • Geräteturnen 3
4. Gymnastisches und tänzerisches Bewegen,	<ul style="list-style-type: none"> • Grundformen rhythmischer Bewegung • Funktionsgymnastik 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbindung von gymnastischen und tänzerischen Elementen unter Einbeziehung von Musik 	<ul style="list-style-type: none"> • Tanz (Jazzdance, Rock`N Roll, Standard, Lateinamerikanisch)
5. Laufen, Springen, Werfen	<ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletik 1, 2 	<ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletik 3, 4 	<ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletik 5, 6
6. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	<ul style="list-style-type: none"> • Gleiterfahrten mit dem Waveboard 	<ul style="list-style-type: none"> • Gleitende Geräte auf dem Wasser und an Land 	<ul style="list-style-type: none"> • Gleiten auf unterschiedlichen Untergründen (Wasser, Schnee, Eis)
7. Kämpfen.	<ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen 1 (Jgst. 6) 		<ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen 2

2. Jahrgänge 5 und 6

Bewegungsfelder	Sportart /Inhalt	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Fächerübergreifende Aspekte
1. Spielen	<p>Kleine Spiele, Entwicklung und Umformung von Spielen (Jgst. 5)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen mit und ohne Ball • Spiele und Regeln den eigenen Anforderungen Anpassen und entwickeln <p>Basketball 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbel, Passen Fangen, Korbwurf • Spielerfahrung im 3:3 und 5:5 mit persönlichem Gegenspieler <p>Fußball 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballführung, Innenseitstoß, Ballannahme; Torschuss • Spiel (einfache taktische Grundlagen: Freilaufen) <p>Handball 1 (Jgst. 6)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passen und fangen • Einfache Spielformen 3:3 und 4:4 	<ul style="list-style-type: none"> • spielen ein selbst entwickeltes Kleines Spiel • wenden elementare Spielregeln an • behandeln alle Spielbeteiligten fair • wenden grundlegende Techniken von Sportspielen in spielgemäßen Situationen an • wenden einfache taktische Maßnahmen an • spielen unter Berücksichtigung von Schiedsrichterentscheidungen 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen Strukturelemente und Regeln eines Kleinen Spiels • erkennen einfache taktische und technische Anforderungen eines Sportspieles • erkennen die Notwendigkeit von Schiedsrichterentscheidungen und akzeptieren diese • Erfahren sich als Teil einer Mannschaft • Nehmen Spielprozesse wahr 	
2. Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	<p>Schwimmen 1 (Jgst. 5)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wassergewöhnung • Bade- und Hygieneregeln / Sicherheit im Wasser • Brustschwimmen (Start, Lage, Wende) in Grobform unter besonderer Berücksichtigung der korrekten Abfolge von Arm- und Beintechnik sowie der Gleitphase und Atmung • Rückenschwimmen (Start, Lage, Wende) in Grobform • Streckentauchen mit Einschränkung der maximalen Tauchstrecke 	<ul style="list-style-type: none"> • demonstrieren das Schwimmen in einer Gleichzug- oder einer Wechselzugtechnik • schwimmen 15 Minuten ausdauernd • führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus • präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett • orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort • transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durchs Wasser • wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an 	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage • vergleichen die Anforderungen beim Springen oder Tauchen • erkennen Gefahrensituationen und verhalten sich entsprechend 	<p>Biologie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atmung <p>Physik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wasserwiderstand

3. Turnen und Bewegungskünste	Bodenturnen, Akrobatik 1 <ul style="list-style-type: none"> • Rollen, Rad, Handstand • Einfache Kunststücke mit Schwerpunkt auf Körperspannung und Balance mit einem Partner Geräteturnen 1 <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Sprünge mit dem Sprungbrett (Rollen, Bock, Querkasten) 	<ul style="list-style-type: none"> • verbinden und präsentieren flüssig mindestens drei unterschiedliche turnerische Bewegungen an einem Gerät oder einer vorgegebenen Gerätebahn • präsentieren ein auf Körperspannung und Balance beruhendes Kunststück mit der Partnerin/dem Partner • bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf • wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade von turnerischen Bewegungen • setzen sich mit der eigenen Leistungsfähigkeit und der der Partnerin/des Partners hinsichtlich turnerischer Bewegungen auseinander • erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner • bewerten Bewegungsformen nach entwickelten Kriterien • entwickeln eigene Vorschläge zum Erwerb der Fertigkeiten und zur Abstimmung mit dem Partner 	Biologie: <ul style="list-style-type: none"> • Funktion von Muskeln, Sehnen und Gelenken
4. Gymnastisches und tänzerisches Bewegen	Gestaltung mit Handgerät (mit/ohne Partner) Einführung Funktionsgymnastik <ul style="list-style-type: none"> • Dehnen und Kräftigen der Muskulatur sowie des Band- und Sehnenapparates • Vermeidung von Verletzungen 	<ul style="list-style-type: none"> • führen Bewegungen rhythmisch aus • setzen Rhythmus in Bewegung um • führen Grundbewegungsformen mit einem (alternativen) Gerät/Material aus • führen Dehnen, Anspannen und Entspannen nach Anleitung durch. 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen unterschiedliche Rhythmen • kennen gymnastische Grundbewegungsformen bezogen auf Geräte/Material und setzen sie spezifisch ein • nehmen ihren Körper bewusst wahr • entwickeln Rhythmusgefühl 	Musik: <ul style="list-style-type: none"> • Verbindung Notenwerte • Verschiedene Rhythmen: Samba u.a. Mathematik: <ul style="list-style-type: none"> • (ganzahlige) Brüche: Ein- und Verteilung von Noten oder Takten unterschiedliche Notenwerte (z.B. achtel, viertel etc.)
5. Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik 1 <ul style="list-style-type: none"> • 50m Sprint • Ausdauerschulung (Zeit- und/oder Streckenvorgabe) • Weitsprung • Wurf mit dem Schlagball 	<ul style="list-style-type: none"> • laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung • laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo • erproben unterschiedliche Starttechniken • werfen einen Schlagball und/oder andere Wurfgegenstände aus der Wurflauslage möglichst weit • springen nach einem Anlauf aus einer Absprungzone • erproben unterschiedliche Sprungformen 	<ul style="list-style-type: none"> • vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken • erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Hoch- und Weitsprungtechniken • beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Hoch- und Weitsprungtechniken • schätzen ihr persönliches Belastungsempfinden ein • beschreiben und erkennen Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und anderen 	Biologie: <ul style="list-style-type: none"> • Trainingseffekt auf das HKS • Muskelaufbau durch Sport

6. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	Je nach Materialsituation z.B. Einführung Waveboard, Erfahrungen mit dem Rollbrett, Inline-Skating <ul style="list-style-type: none"> • Gleichgewichtsschulung • Gerätespezifische Fahr- und Brems-techniken • Kurvenfahren 	<ul style="list-style-type: none"> • halten grundlegende Sicherheitsregeln ein • gehen verantwortungsbewusst mit Material- und Umweltressourcen um • bewegen sich kontrolliert mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fort • ändern gezielt die Richtung, beschleunigen und bremsen 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen die Notwendigkeit von vereinbarten Sicherheitsregeln • reflektieren Möglichkeiten eines nachhaltigen Sporttreibens im naturnahen und öffentlichen Raum • stellen grundlegende Bewegungsanforderungen beim Rollen oder Gleiten fest 	
7. Kämpfen.	Kämpfen 1 (Jgst. 6) <ul style="list-style-type: none"> • Gewöhnung an körperliche Nähe • Sicherheit und Regeln beim Kämpfen • Kleine Kampfspiele zur Heranführung an das Miteinanderkämpfen • Rollen und Fallen • Bodenkampf und Kniekampf (Ringen/Judo) • Einfache Würfe aus dem Judo 	<ul style="list-style-type: none"> • kämpfen um Räume, Gegenstände und unterschiedliche Körperpositionen • kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und miteinander • vereinbaren grundlegende Regeln und Rituale und halten sie ein • setzen ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet ein • lernen das kontrollierte Fallen und Abrollen • halten den direkten Körperkontakt aus 	<ul style="list-style-type: none"> • übernehmen Verantwortung für sich und andere • kennen und beachten die Werte für ein gelingendes Mit- und Gegeneinander • beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner • reflektieren ihre Erfahrungen mit körperlicher Nähe (Selbst- und Fremdwahrnehmung) • nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen • gehen verantwortungsvoll mit den eigenen Stärken und Schwächen und denen der Partnerin/des Partners um 	

3. Jahrgänge 7 und 8

Bewegungsfelder	Sportart /Inhalt	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Fächerübergreifende Aspekte
1. Spielen	<p>Volleyball 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung der Grundtechniken Pritschen und Baggern • Einfache Spielsituationen 3:3 vom Werfen und Fangen hin zum Volleyball <p>Tischtennis</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundschnitte RH/VH Unterschnitt und VH-Topspin, Aufschlagvarianten • Spieltaktik <p>Badminton 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Techniken (UH-/ÜK-Clear, Aufschlag) in Grobform • Grundlegende Spieltaktik <p>Hockey 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorhand- Pass/Annahme/Torschuss, Ballführung, Rückhand- Pass/Annahme <p>Fußball 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Doppelpass • Angriff-Abwehr-Situationen (2:1; 3:1) 	<ul style="list-style-type: none"> • spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein • spielen unterschiedliche Sportspiele • wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an • wenden sportspielspezifische Techniken an • wenden sportspielspezifische Maßnahmen an • führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus 	<ul style="list-style-type: none"> • gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft. • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels. • verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspiels • verstehen Spielprozesse • können die eigene Rolle innerhalb einer Mannschaft einschätzen • beurteilen die Rolle des Schiedsrichters 	<p>Physik:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballrotation und Flugkurve
2. Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	<p>Schwimmen 2 (Jgst.8)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brustschwimmen (Start, Lage, Wende) in Feinform • Rückenschwimmen (Start, Lage, Wende) in Feinform • Kraulschwimmen (Start, Lage Wende) • Schwimmen unter Zeitnahme • Streckentauchen • Selbst- und Fremdreitung 	<ul style="list-style-type: none"> • demonstrieren das Schwimmen in einer Gleichzug- und einer Wechselzugtechnik • schwimmen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung • schwimmen schnell eine vorgegebene Strecke in einer selbst gewählten Schwimmtechnik inklusive Start und Wenden • tauchen mindestens 10 Meter weit • transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine vorgegebene Distanz sicher • demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und zur Fremdreitung 	<ul style="list-style-type: none"> • geben nach vorgegebenen Kriterien Bewegungskorrekturen. • stimmen ihre Bewegungen mit anderen ab • reflektieren die spezifischen Anforderungen und die individuelle Beanspruchung des Streckentauchens • kennen Hilfsmaßnahmen zur Selbst- und zur Fremdreitung 	

3. Turnen und Bewegungskünste	Geräteturnen 2 <ul style="list-style-type: none"> • Schwingen und Stützen an verschiedenen Geräten • Ringe; Reck, Barren 	<ul style="list-style-type: none"> • bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf • wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an • turnen erlernte Bewegungsfertigkeiten an Geräten oder am Boden synchron • präsentieren einzeln oder in der Gruppe eine selbst entwickelte Kür an einer vorgegebenen Geräteauswahl bzw. ein auf Körperspannung und Balance beruhendes Kunststück 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner • gestalten Lernsituationen eigenständig. • entwickeln Methoden zur Abstimmung der Bewegung aufeinander • diskutieren und lösen Konflikte, die bei der Erarbeitung auftreten • beurteilen Präsentationen kriteriengeleitet • wenden Kenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Kür an 	
4. Gymnastisches und tänzerisches Bewegen,	Verbindung von gymnastischen und tänzerischen Elementen unter Einbeziehung von Musik	<ul style="list-style-type: none"> • setzen Musik in eine Gruppenchoreografie um • präsentieren eine Partner- oder Gruppenchoreografie mit oder ohne Geräte 	<ul style="list-style-type: none"> • beurteilen Präsentationen kriteriengeleitet • besitzen Methodenkenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Partner- oder Gruppenchoreografie mit Geräten 	Musik: <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Gestaltungselemente in der Musik (Wiederholung Strophe/Refrain – Variation von bestimmten Grundformen)
5. Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik 3, 4 <ul style="list-style-type: none"> • Sprint 75m • Wurfball 200g • Kugelstoß • Weit-/Hochsprung • Mittelstrecke 800/1000m • Staffellauf 	<ul style="list-style-type: none"> • laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung • laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo mit unterschiedlichen Starttechniken • beherrschen Stabübergabe beim Staffellauf • werfen einen Wurfball in Schlagwurftechnik möglichst weit • erproben unterschiedliche Wurf- und Stoßtechniken • legen ihren individuellen Anlauf beim Hoch- und Weitsprung fest • springen in einer Wettkampftechnik weit und hoch 	<ul style="list-style-type: none"> • vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken • erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Hoch- und Weitsprungstechniken • beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Hoch- und Weitsprungstechniken • gestalten selbstständig Trainingsprozesse • beurteilen ihre individuelle Leistungsfähigkeit • vergleichen unterschiedliche Wurf- und Stoßtechniken miteinander 	

6. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	z.B. Wassersporttag am Alfsee <ul style="list-style-type: none"> • Wasserskifahren • Kanufahren • Stand-Up-Paddling 	<ul style="list-style-type: none"> • halten grundlegende Sicherheitsregeln ein • gehen verantwortungsbewusst mit Material- und Umweltressourcen um • bewegen sich in komplexen Situationen mit einem rollenden oder gleitenden Gerät dynamisch fort 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen die Notwendigkeit von vereinbarten Sicherheitsregeln • reflektieren Möglichkeiten eines nachhaltigen Sporttreibens im naturnahen und öffentlichen Raum • erläutern komplexe Bewegungsanforderungen 	
7. Kämpfen.	-----	-----	-----	-----

4. Jahrgänge 9 und 10

Bewegungsfelder	Sportart /Inhalt	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen	Fächerübergreifende Aspekte
1. Spielen	Basketball 2 <ul style="list-style-type: none"> • Korbleger • Taktische Variationen (Raumdeckung) Badminton 2 <ul style="list-style-type: none"> • Feinform Clear / Aufschlag • Drive VH/RH • Spieltaktik im Einzel- und Doppelspiel Volleyball 2 <ul style="list-style-type: none"> • Feinform Grundtechniken • Aufschlag von unten und oben • Ggf. Vorübung Angriffsschlag • Spiel 4:4 Handball 2 <ul style="list-style-type: none"> • Sprungwurf • Mannschaftstaktische Grundlagen Endzonenspiel Z.B. Flag-Football, Frisbee, Rugby	<ul style="list-style-type: none"> • spielen fair • spielen mannschaftsdienlich setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein • spielen auch selbstständig entwickelte Varianten von Sportspielen • wenden komplexe Regeln an • wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an • wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen situationsangemessen an • führen Schiedsrichtertätigkeiten in eigener Verantwortung aus 	<ul style="list-style-type: none"> • gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft. • Organisieren selbständig den Spielbetrieb unter den jeweiligen Vorgaben • Ordnen das Anforderungsprofil komplexer Spielsituationen angemessen ein • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels. • reflektieren ausgewählte Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles • sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst • verbalisieren taktische Maßnahmen problemorientiert • reflektieren Spielprozesse • reflektieren ihre eigene Schiedsrichtertätigkeit 	
2. Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	-----	-----	-----	-----
3. Turnen und Bewegungskünste	Geräteturnen 3 <ul style="list-style-type: none"> • Sprung mit dem Minitrampolin (Querkasten, Längskasten, Salto, Flugrolle) • Gruppengestaltung an Gerätekombinationen 	<ul style="list-style-type: none"> • bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf • wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an • zeigen verschiedene Sprünge mit und ohne Zusatzgeräte • präsentieren unter einer vorgegebenen Themenstellung eine selbst entwickelte Kür 	<ul style="list-style-type: none"> • erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner • interpretieren die vorgegebene Themenstellung • Wenden Kenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Kür an 	

4. Gymnastisches und tänzerisches Bewegen,	Tanz <ul style="list-style-type: none"> (Jazzdance, Rock`N Roll, Standard, Lateinamerikanisch) 	<ul style="list-style-type: none"> gestalten ein Thema mit tänzerischen Mitteln präsentieren eine Partner- oder Gruppenchoreografie erarbeiten verschiedene Formen des tänzerischen Ausdrucks 	<ul style="list-style-type: none"> interpretieren ein Thema berücksichtigen Gestaltungskriterien wie Raum, Zeit, Dynamik, Körpertechnik/Form und ziehen diese zur Beurteilung heran besitzen Methodenkenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Partner- oder Gruppenchoreografie mit Geräten Erkennen die gesellschaftliche Komponente tänzerischer Bewegungsformen 	
5. Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik 5,6 <ul style="list-style-type: none"> Hürdenlauf Sprint 100m Hochsprung Weitsprung Speerwurf Schleuderball Kugelstoßen (Verschiedene Techniken) Mittel-/Langstrecke (1500-2000m / Vechterunden) 	<ul style="list-style-type: none"> laufen eine Langstrecke ohne Pause ausdauernd laufen eine Sprintstrecke in maximalem Tempo wenden den Tiefstart an werfen und/oder stoßen in mindestens zwei unterschiedlichen Wettkampfdisziplinen demonstrieren die Flop-Technik beim Hochsprung 	<ul style="list-style-type: none"> vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Hoch- und Weitsprungtechniken beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Hoch- und Weitsprungtechniken setzen sich selbst eigene Ziele auf der Grundlage der Analyse der bisherigen Ausdauerläuferfahrungen analysieren ihre individuellen Leistungen im Hinblick auf die Bewegungsausführungen 	Biologie: <ul style="list-style-type: none"> physiologische Grundlagen des Trainingseffektes Einflussfaktoren für sportliche Kraft- und Ausdauerleistungen
6. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten	Alternative Möglichkeiten: <ul style="list-style-type: none"> Wasserskifahren, Kanufahren, Stand-Up-Paddling (z.B. in Verbindung mit Wandertagen und Klassenfahrten) Alpines Skifahren (Skikurs Jgst. 9) 	<ul style="list-style-type: none"> halten grundlegende Sicherheitsregeln ein gehen verantwortungsbewusst mit Material- und Umweltressourcen um bewegen sich in komplexen Situationen mit einem rollenden oder gleitenden Gerät dynamisch fort 	<ul style="list-style-type: none"> erkennen die Notwendigkeit von vereinbarten Sicherheitsregeln reflektieren Möglichkeiten eines nachhaltigen Sporttreibens im naturnahen und öffentlichen Raum erläutern komplexe Bewegungsanforderungen 	
7. Kämpfen.	Kämpfen 2 <ul style="list-style-type: none"> Rollen und Fallen (vw., rw. sw.) Techniken aus dem Judo, Karate etc. Grundlagen der Selbstverteidigung 	<ul style="list-style-type: none"> kämpfen um Räume, Gegenstände und unterschiedliche Körperpositionen führen nach individuell angepasstem Regelwerk Zweikämpfe durch reagieren angemessen auf Angriffs- und Verteidigungshandlungen der Partnerin/des Partners wenden grundlegende Prinzipien des Kämpfens an 	<ul style="list-style-type: none"> übernehmen Verantwortung für sich und andere beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen reflektieren Bewegungshandlungen der Partnerin/des Partners und schätzen Kampfsituationen richtig ein 	

Abschnitt II: Möglichkeiten der Digitalisierung im Sportunterricht

Die Digitalisierung ist eine der großen Herausforderungen unserer Zeit. Die zunehmende Präsenz und Nutzung digitaler Geräte und Medien im Alltag kann und darf von der Schule nicht ignoriert werden. Dementsprechend stellt sich auch die Frage, welche Formen der Digitalisierung im Sportunterricht möglich und sinnvoll sind.

Die speziellen Problemstellungen im Sportunterricht ergeben sich z.B. daraus, dass das Ausführen von definierten Bewegungsvorgängen erwartet wird, die Schülerinnen und Schüler dies aber nur unzureichend selbst kontrollieren können. Es fehlt hier häufig an Erfahrung und Selbstwahrnehmung der eigenen Bewegungsabläufe. Die Lehrkraft kann hier zwar Hinweise und Korrekturvorschläge liefern, deren Umsetzung erweist sich aber für viele Schülerinnen und Schüler schwierig, da die Selbstkontrolle der eigenen Bewegung fehlt. Zudem sollte man den unterschiedlichen Lerntypen Rechnung tragen. Viele Schülerinnen und Schüler können Bewegungszusammenhänge besser erfassen, wenn sie auch visuell verdeutlicht werden. Hier können vor allem Aufzeichnungen der Bewegungsabläufe und eine anschließende gemeinsame oder individuelle Auswertung oft wertvolle Informationen hinsichtlich einer Verbesserung der eigenen Bewegungswahrnehmung bieten. Diese Aufnahmen sind mit den heutigen digitalen Möglichkeiten unproblematisch anzufertigen und können den einzelnen Schülerinnen und Schülern z.B. auch zum Nachstudium zu Hause auf elektronischem Weg zugänglich gemacht werden. Auch für die Leistungsbewertung in einigen Sportarten könnten solche Aufnahmen ein hilfreiches Mittel für die Lehrkraft sein, um eine möglichst objektive und vergleichbare Bewertung sicherstellen zu können.

Zu beachten sind hier allerdings datenschutzrechtliche Aspekte. Insbesondere muss die weitere Verwendung bzw. Löschung dieser Aufnahmen vorher geklärt werden. Das Einverständnis der Schülerinnen und Schüler und auch der Eltern ist hier eine wesentliche Voraussetzung zum Einsatz dieser hilfreichen Mittel. Den durchaus häufigen Bedenken bei der Aufzeichnung von Bildmaterial muss in entsprechendem Maße Rechnung getragen werden, insbesondere durch eine Transparenz der Vorgänge. Eine Aufzeichnung von Bild- oder Videomaterial durch Lehrkräfte ist allerdings trotz der unbestreitbaren Vorteile in der heutigen Zeit kritisch zu sehen und daher nur in eng begrenzten Ausnahmefällen denkbar.

Da heute aber nahezu jeder Schüler ein videofähiges digitales Endgerät (z.B. Handy oder Tablet) besitzt, wäre eine möglicher Lösungsweg - zumindest für die individuelle Rückmeldung des eigenen Lernfortschritts- die Aufzeichnung mit den schülereigenen Geräten vorzunehmen, so dass die nachfolgende Nutzung bzw. Löschung zur Gänze der Kontrolle der jeweiligen Schülerinnen und Schüler unterliegt.

Weitere Möglichkeiten zur Ergänzung des praktischen Sportunterrichts liegen in Lernangeboten, die das Internet inzwischen in großer Anzahl zur Verfügung stellt. Hier werden z.B. Bewegungsreihen oder auch Übungsanordnungen und Fehleranalysen z.T. auch für Schülerinnen und Schüler didaktisch aufbereitet angeboten. So könnte man während des Unterrichts sowohl in kognitiven Phasen als auch in Übungssituationen unproblematisch auf solche Angebote zurückgreifen, sofern geeignete Geräte vor Ort zur Verfügung stehen. Hier braucht es vor allem die Möglichkeit eines schnellen Zugriffs auf das Internet mit einem Laptop oder Tablet sowie eine Präsentationsmöglichkeit in Form eines Beamer bzw. eines ausreichend großen Bildschirms, so dass alle Schülerinnen

und Schüler auch in sporthallenüblichen Organisationsformen wichtige Details erkennen können. Auch eine ausreichend laute Tonausgabe ist notwendig. Diese Infrastruktur muss von der Schule installiert und zur Verfügung gestellt werden.

Abschnitt III:

Hinweise zur Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

1. Grundsätze der Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Die grundlegenden Regelungen zur Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung im Sportunterricht am GADV werden durch die Fachkonferenz Sport auf Grundlage der curricularen Vorgaben für den Sportunterricht der Sekundarstufe I festgelegt. Leistungsfeststellungen und Leistungsbewertungen sollen den Schülerinnen und Schülern Rückmeldungen über den erreichten Kompetenzstand geben. Den Lehrern geben sie Orientierung für die weitere Planung des Unterrichts sowie für notwendige Maßnahmen zur individuellen Förderung.

Besonderes Augenmerk gilt den Aspekten Transparenz und Vergleichbarkeit. Hierzu sind vor allem die Bekanntgabe der Bewertungskriterien vor Beginn eines Themas als auch regelmäßige Rückmeldungen zum individuellen Leistungsstand während der jeweiligen Unterrichtseinheit wichtig. Die Schülerinnen und Schüler sollen in ihrem Lernprozess begleitet und unterstützt werden, regelmäßige Möglichkeiten zur Selbsteinschätzung der eigenen Leistung sind zudem ein wichtiger Aspekt, um den Lernprozess der Schülerinnen und Schüler effektiver und selbstbestimmter zu gestalten.

Die eigentliche Leistungsfeststellung erfolgt einerseits durch **punktuelle Lernkontrollen**, wo Ergebnisse sportmotorischer, mündlicher und anderer fachspezifischer Leistungen abgeprüft werden, als auch durch **kontinuierliche Beobachtungen** der Schülerinnen und Schüler während des gesamten Schuljahres, wobei hier der Schwerpunkt auf der Gestaltung des Lernprozesses und dem individuellen Lernfortschritt der Schülerinnen und Schüler liegt.

Die Leistungsfeststellungen sollten möglichst regelmäßig zu den verschiedenen unterrichtlichen Schwerpunkten erfolgen, damit die Leistungsbewertung auf eine möglichst breite Basis gestellt wird. Dabei dürfen nur solche Inhalte zur Bewertung herangezogen werden, die zuvor auch im Unterricht thematisiert wurden.

2. Bewertungskriterien

Zur Leistungsbewertung im Sportunterricht werden sowohl inhaltsbezogene als auch prozessbezogene Kompetenzen herangezogen. Die **sportpraktischen bzw. sportmotorischen Leistungen** stellen hierbei einen wesentlichen Bestandteil der Gesamtnote dar. Vorrangig für die Bewertung zu berücksichtigen sind daher die **bewegungsbezogenen Leistungen (Sachnorm)**. Hierzu zählen im Wesentlichen die im Kerncurriculum Sport genannten Kompetenzen. Als Maßstab für die Bewertung der sportpraktischen Leistungen können auch vorhandene Vorgaben wie z.B. Leistungstabellen (Sportabzeichen, Leichtathletik-Tabellen, Schwimmzeiten-Tabellen etc.) dienen. Diese sind jedoch an die jeweiligen Gegebenheiten (örtliche Voraussetzungen, Klassenzusammensetzung, vorangegangene Unterrichtsinhalte) anzupassen.

Weiterhin sind in der Gesamtbewertung auch die **Individualnorm** sowie die **Sozialnorm** zu berücksichtigen.

Zur Individualnorm zählt insbesondere die Differenz zwischen der individuellen Anfangs- und Endleistung, also der Lernfortschritt. Dieser ist jedoch auch in Relation zu den persönlichen Ausgangsbedingungen zu setzen.

Die Sozialnorm relativiert die festgestellte Leistung zur Vergleichsgruppe. Dies ist in der Regel die Klasse oder Jahrgangsstufe.

Neben den bereits genannten Bewertungskriterien fließen auch die **sonstigen Leistungen** in die Note mit ein. Hierzu zählen z.B.

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch
- mündliche und schriftliche Überprüfungen
- schriftliche Ausarbeitungen
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen
- Referate und Präsentationen
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten
- Übernahmen von Aufgaben im Sportunterricht (z.B. Erwärmung, Übungsphasen etc.)
- Soziales Verhalten (z.B. Leistungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Teamfähigkeit, Fairness)

3. Ermittlung der Gesamtnote

Zur Ermittlung der Gesamtnote gelten folgende Rahmenbedingungen:

- 2/3 der Gesamtnote bilden die in der Sachnorm bezeichneten bewegungsbezogenen Leistungen
- 1/3 der Gesamtnote ergeben sich aus der Individualnorm, der Sozialnorm und den sonstigen Leistungen
- Die unterrichteten Sportarten werden grundsätzlich gleichwertig behandelt, sofern sie in einem ähnlichen zeitlichen bzw. inhaltlichen Umfang behandelt wurden

Die Lehrkraft kann in begründeten Einzelfällen, z.B. aus pädagogischen Erwägungen, von dieser Gewichtung abweichen, die Gewichtung der bewegungsbezogenen Leistungen darf jedoch 50%, die der sonstigen Leistungen 25% nicht unterschreiten. Eine Anpassung der Bewertungsgewichtung wäre z.B. im Bereich des Sozialverhaltens (Fairness, Teamfähigkeit, Hilfsbereitschaft etc.) möglich, dem gerade im Sportunterricht eine besondere Bedeutung zukommt. Daher könnte dieser Bereich von der Lehrkraft in der Bewertung extra ausgewiesen und besonders gewichtet werden. Denkbar wäre hier z.B. eine Gewichtung von 10% der Gesamtnote. Die Gewichtung der anderen Bereiche wird dann entsprechend des o.a. Rahmens angepasst. Eine transparente Notengestaltung und Bekanntgabe der Bewertungskriterien vor Beginn der Bewertung ist auch hier natürlich grundlegende Voraussetzung.