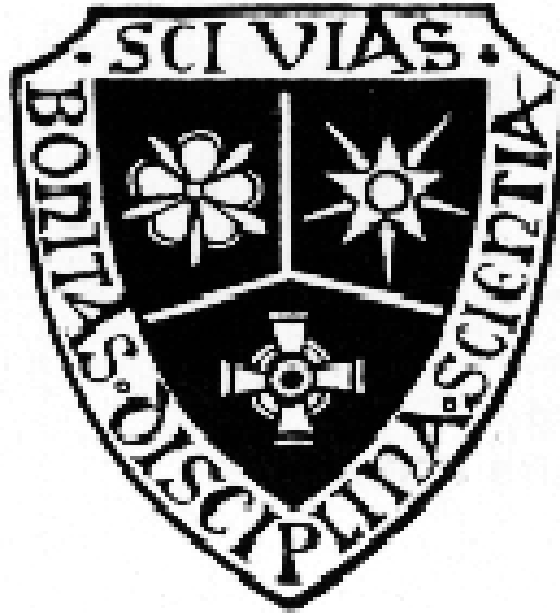


***Hildegardis-Schule Bochum***



***Schulinterner Lehrplan  
Sport***

***Sekundarstufe I***

*(Jahrgangsstufen 5 – 9)*

## 1. Vorwort

Die Fachkonferenz Sport der Hildegardis-Schule hat zur Sicherung des Kompetenzerwerbs einen schulinternen Lehrplan auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport der Sekundarstufe I (NRW) entwickelt und ein Übersichtsraster über die obligatorischen Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufe 5 bis 9 erstellt. Zur Umsetzung der Unterrichtsvorhaben greift die Hildegardis-Schule auf die folgenden Sportstätten zurück:

- Zwei schuleigene Sporthallen (im Hauptgebäude, auf dem Max-Greve-Gelände)
- Schuleigene Gymnastikhalle
- Rundsporthalle: Dreifachsporthalle zzgl. Krafraum
- Leichtathletikplatz an der Rundsporthalle und an der „Krümmede“
- Rasenfläche im Stadtpark
- Schwimmbad „Nord-West-Bad“
- Rollsporthalle (im Gewerbegebiet „Harpener Heide“)
- Judofläche und Turnhalle (im Gewerbegebiet „Harpener Heide“)
- Fitnessstudio „Oase“ (Kooperationspartner): Badminton- und Squashfelder, Kraft-/Fitnessräume

Der Sportunterricht wird an der Hildegardis-Schule in allen Jahrgangsstufen in der Sekundarstufe I gemäß Stundentafel erteilt:

- |                               |                          |
|-------------------------------|--------------------------|
| - Jahrgangsstufen 5, 6 und 7: | 3 Sportstunden pro Woche |
| - Jahrgangsstufe 8:           | 4 Sportstunden pro Woche |
| - Jahrgangsstufe 9:           | 2 Sportstunden pro Woche |

## 2. Kompetenzbereiche<sup>1</sup>

Die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz den fachlichen Kern der Kompetenzentwicklung und jeweils den Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz.

### 2.1 Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bildet die Basis einer umfassenden Handlungsfähigkeit in Bewegung, Spiel und Sport. Dabei sind Bewegung und Wahrnehmung wechselseitig aufeinander bezogen, da sportliches Bewegungshandeln immer auch von kognitiven und psychischen Vorgängen bestimmt ist und als Ausdruck des Zusammenwirkens somatischer, kognitiver und psychischer Faktoren verstanden wird. Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz beinhalten einerseits die Fähigkeit, in sportlichen Handlungssituationen flexibel und genau wahrzunehmen, um daraus Handlungsentscheidungen abzuleiten. Andererseits ist dieser Kompetenzbereich eng verbunden mit Kompetenzen in den Bereichen psycho-physischer, technisch-koordinativer, taktisch-kognitiver und ästhetisch-gestalterischer Fertigkeiten und Fähigkeiten, um situationsangemessen erfolgreich handeln zu können. Der Aufbau der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz im Sportunterricht geht einher mit dem kontinuierlichen Erwerb und der Anwendung systematischen, grundlegenden Wissens. Für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist es unverzichtbar, über sporttheoretisches Hintergrundwissen sowie Fach- und Sachkenntnisse bezogen auf unterschiedliche Sinngebungen des Sporttreibens zu verfügen und mit diesem Wissen situationsangemessen umgehen zu können.

### 2.2 Methodenkompetenz (MK)

Die Methodenkompetenz bündelt grundlegende Verfahren, sportbezogene Informationen und relevantes Fachwissen zu beschaffen, aufzubereiten, zu strukturieren und anzuwenden, um sachgerecht mit Problemstellungen umgehen zu können. Dazu gehören Verfahrenkenntnisse und Fähigkeiten, sich selbstständig strukturiert mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinanderzusetzen und eigenverantwortlich angemessene Lösungswege zu finden sowie Handlungspläne zu entwerfen. Der Sportunterricht berücksichtigt bei der Aufbereitung, Strukturierung und Analyse von Sachverhalten einerseits sportbezogene praktische Verfahren im Bewegungsvollzug, andererseits analytische Verfahren, wie

<sup>1</sup> Ausführungen des 2. Kapitels in Anlehnung an den Kernlehrplan Sport NRW (Gymnasium, Sek. I), S. 14 – 17

Methoden der Bewegungsanalyse. Neben diesen methodisch-strategischen Verfahren umfasst dieser Kompetenzbereich auch die Fähigkeit zur sachgerechten Anwendung sozial-kommunikativer Formen, wie z.B. spezifischer sportbezogener Kooperationshandlungen.

### **2.3 Urteilskompetenz (UK)**

Die Urteilskompetenz ist eng verknüpft mit den anderen beiden Kompetenzbereichen. Sie umfasst die kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, indem das selbstständige, auf Kriterien gestützte begründete Beurteilen im Mittelpunkt steht. Dies impliziert das Finden eines eigenen Urteils ebenso wie das verständigungsorientierte Abwägen und den verständnisvoll reflektierten Umgang mit Mitschülern. Argumentativ schlüssiges Abwägen und Beurteilen im Fach Sport stützt sich damit sowohl auf sportpraktische Erfahrungen als auch auf fachliche und methodische Kenntnisse.

## **3. Inhaltsfelder (IF)<sup>2</sup>**

Kompetenzen sind immer an fachliche Inhalte gebunden. Die nachfolgenden obligatorischen sechs Inhaltsfelder markieren bewegungsfeld- und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte. Durch diese werden jeweils die zentralen fachlichen Gegenstände strukturiert und festgelegt. Sie sind in enger Anbindung an das Bewegungshandeln in einem stetigen Praxis-Theorie-Verbund im Sportunterricht zu vermitteln. Die folgende Übersicht verdeutlicht die inhaltlichen Schwerpunkte der Inhaltsfelder:

<b>Inhaltsfelder</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>
<b>IF (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>(2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</li> <li>(3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens</li> </ul>
<b>IF (b) Bewegungsgestaltung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)</li> <li>(2) Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)</li> <li>(3) Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte</li> </ul>
<b>IF (c) Wagnis und Verantwortung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) Spannung und Risiko</li> <li>(2) Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)</li> <li>(3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)</li> </ul>
<b>IF (d) Leistung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)</li> <li>(2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)</li> <li>(3) Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)</li> </ul>
<b>IF (e) Kooperation und Konkurrenz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativem und konkurrenzorientiertem Kontext)</li> <li>(2) Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen</li> <li>(3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen</li> <li>(4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)</li> </ul>
<b>IF (f) Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> <li>(2) Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens</li> <li>(3) Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive</li> </ul>

<sup>2</sup> Ausführungen des 3. Kapitels in Anlehnung an den Kernlehrplan Sport NRW (Gymnasium, Sek. I), S. 17 – 18

#### 4. Unterrichtsvorhaben in den Jahrgangsstufen 5 bis 9 (Lehrpläne)

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen sowie für alle **Bewegungsfelder (BF)** und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau sowohl von Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen als auch von Methoden- und Urteils Kompetenzen vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

Die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche sind jeweils farbig markiert, so dass die Zugehörigkeit der Unterrichtsvorhaben zu den Bewegungsfeldern/Sportbereichen erkennbar wird.

BF (1)	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
BF (2)	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen
BF (3)	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik
BF (4)	Bewegen im Wasser - Schwimmen
BF (5)	Bewegen an Geräten - Turnen
BF (6)	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
BF (7)	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele
BF (8)	Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport
BF (9)	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport

Im Folgenden werden die obligatorischen Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5 bis 9 dargestellt. Die nachfolgenden Tabellen beinhalten den Titel und die voraussichtliche Dauer der Unterrichtsvorhaben, ihre inhaltliche Zielsetzungen sowie einen Kommentar zur Leistungsbewertung. Die Kompetenzerwartungen (differenziert nach BWK, MK und UK) werden gesondert hervorgehoben.

Grundsätzlich liegt die Reihenfolge der Unterrichtsvorhaben der einzelnen Jahrgangsstufen in der Verantwortung des jeweiligen Fachlehrers. Weiterhin muss berücksichtigt werden, dass die Umsetzung der Obligatorik gegebenenfalls durch Rahmenbedingungen eingeschränkt werden kann.

## Jahrgangsstufe 5

3 Sportstunden pro Woche

Obligatorik: ca. 90 Stunden

Freiraum: ca. 30 Stunden

Prinzipiell gilt: Die Reihenfolge der einzelnen Unterrichtsvorhaben plant der/die Kurslehrer/in nach eigenem Ermessen unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen (z.B. Hallengröße, Materialausstattung und Lage der Sportstunden im Stundenplan).

Unterrichtsvorhaben	BF	Std.	Kompetenzerwartungen (gemäß Kernlernplan des Faches Sport in NRW)	IF	Leistungsbewertung
1. "Wir sind gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten und können uns erholen." - Grundlagen der allgemeinen und speziellen Erwärmung, sowie Entspannung	1	6	<p><b>BWK 1:</b> Die Schülerinnen und Schüler (im Folgenden SuS genannt) sollen sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen eine grundlegende Entspannungstechnik angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden.</p>	<p>a 1</p> <p>f 1</p>	- In Kleingruppen ein eigenes funktionales Aufwärmprogramm sowie eine Entspannungstechnik (z.B. Phantasiereise) erarbeiten und mit der Lerngruppe durchführen.
2. "Welche kleinen Spiele machen am meisten Spaß?" - Allgemeine Spielschulung unter den Aspekten: - Kleines Spielerepertoire mit Variationen entwickeln - Spiele organisieren - Fair Play	2	12	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen kleine Spiele, Spiele im Gelände sowie einfache Pausenspiele - auch eigenverantwortlich - fair teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen, sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln - orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial selbständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.</p>	<p>a 1</p> <p>e 1,2,3</p> <p>f 1</p>	- Bewertung der motorischen Fertigkeiten und sozial-affektiven Fähigkeiten unterrichtsbegleitend durch die Lehrkraft
3. "Wie steht's um meine Fitness und wie kann ich diese verbessern?" - Konditionelle und Koordinative Grundschulung	1	8	<p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben,</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen.</p>	<p>a 2,3</p> <p>d 1</p>	- Fitnessstest (s. Anlage) vor und nach einem systematischen Training auf Grundlage von Kondition (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) und Koordination (Reaktions-, Gleichgewichts- und Orientierungsfähigkeit) > Anmerkung: "Reaktionsschulung" zur Verbesserung der Bewegungssicherheit im Rahmen der Verkehrserziehung
4. "Große Sprünge machen" - Springen in seiner Vielfalt anwenden	3	8	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen leicht-athletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.</p> <p><b>UK 2:</b> Die SuS sollen die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen.</p>	<p>a 2,3</p> <p>d 1</p> <p>f 1</p>	- Punktuelle Messung der Leistung (Absprung aus der Zone, s. Tabelle im Anhang)

<p><b>5. Fairness bei Gruppen- und Partnerkämpfen - Zweikämpfe spielerisch vorbereiten und beim Gegeneinander kooperieren.</b></p>	<p>9</p>	<p>8</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</p>	<p>a 1,2 c 1,2,3 d 3 e 1,3 f 1</p>	<p>- Wettbewerb an verschiedenen Stationen (z.B. Zieh- und Schiebekämpfe) in normungebunden Kämpfen - Erarbeiten und Einhalten von Regeln - Reflektion des Kampfverhaltens (Selbst- und Fremdeinschätzung)</p>
<p><b>6. Basketball - grundlegende Techniken als Voraussetzung für spielerische Handlungsmöglichkeiten "Vom Zehnerball und Kaiserball zum Basketball"</b></p>	<p>7</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit- und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.</p>	<p>a 1,3 e 1,3</p>	<p>- Punktuelle Techniküberprüfung, z.B. im Stationsbetrieb/Parcours (s. Anlage --&gt; Passen, Fangen, Dribbling, Korbwurf) - Überprüfung der Spielfähigkeit (Freilaufen, Umschalten von Angriff auf Verteidigung) unter Beachtung vereinfachter Regeln (Foul, Doppeldribbling, Schrittfehler) (&gt; Technik und Spielfähigkeit im Verhältnis 1:1)</p>
<p><b>7. Rolle, Handstand &amp; Co - Bewegungsfertigkeiten für die Gestaltung einer Bewegungsfolge am Boden nutzen</b></p>	<p>5</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.</p>	<p>a 1,2,3 b 1</p>	<p>- Präsentation einer Bewegungsfolge unter Berücksichtigung der technischen Ausführung - Hilfe- und Sicherheitsstellung (z.B. Klammergriff) anwenden (unterrichtsbegleitend)</p>
<p><b>8. Einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen (z.B. 3-Ball Jonglage, Akrobatik)</b></p>	<p>6</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen,</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen einfache ästhetisch-gestalt. Bewegungsgestaltungen präsentieren.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen einfache ästhetisch-gestalt. Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten.</p>	<p>a 1,2 b 1,2</p>	<p>- Präsentation einer Choreographie unter Berücksichtigung der Qualität der Ausführung und des Schwierigkeitsgrades</p>

<b>9. Fußball - grundlegende Techniken als Voraussetzung für spielerische Handlungsmöglichkeiten</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit- und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.</p>	<b>a 1 e 1,2,4</b>	<p>- Punktuelle Techniküberprüfung, z.B. im Stationsbetrieb/Parcours (s. Anlage --&gt; Ballan- und Mitnahme, Passspiel, Torschuss, Dribbling)</p> <p>- Überprüfung der Spielfähigkeit (Freilaufen, Umschalten von Angriff auf Verteidigung)</p> <p>(&gt; Technik und Spielfähigkeit im Verhältnis 1:1)</p>
<b>(10.) "Wer kann (nicht) schwimmen?" - Schwimmcheck zur Feststellung der Schwimmfähigkeit als Voraussetzung für den Schwimmunterricht in der Jahrgangsstufe 6</b>					<p>- Überprüfung der Schwimmfähigkeit gemäß Sicherheitserlass des Faches Sport. Schwerpunkt: Demonstration der Schwimmfähigkeit in den Lagen Brust oder Kraulschwimmen (Elternschreiben: s. Anhang)</p>

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz    MK: Methodenkompetenz    UK: Urteilskompetenz

## Jahrgangsstufe 6

3 Sportstunden pro Woche

Obligatorik: ca. 90 Stunden

Freiraum: ca. 30 Stunden

Prinzipiell gilt: Die Reihenfolge der einzelnen Unterrichtsvorhaben plant der/die Kurslehrer/in nach eigenem Ermessen unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen (z.B. Hallengröße, Materialausstattung und Lage der Sportstunden im Stundenplan).

Unterrichtsvorhaben	BF	Std.	Kompetenzerwartungen (gemäß Kernlernplan des Faches Sport in NRW)	IF	Leistungsbewertung
<b>1. Von der Wassergewöhnung zur Wasserbewältigung - Grundlegende Erfahrungen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</b>	4	4	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.</p>	a 1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewertung des Gleitens unter Beachtung der Körperwasserlage (unterrichtsbegleitend)</li> <li>- Das Abtauchen demonstrieren und sich unter Wasser orientieren können</li> <li>- Kenntnis von Baderegeln</li> </ul>
<b>2. Technisch grundlegend sicher schwimmen: Kraul- oder Brustschwimmen</b>	4	12	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.</p>	a 1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Technik des Kraul- oder Brustschwimmens einschließlich Atemtechnik in der Grobform demonstrieren (Schwerpunkt: Ausführungsqualität)</li> <li>- Startsprung: siehe 3. Unterrichtsvorhaben</li> </ul>
<b>3. Vom vielfältigen Wasserspringen ohne Angst und Übermut zum Startsprung gelangen</b>	4	4	<p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.</p>	a 1 c 1,2,3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vielfältige Sprünge vom 1m-Brett oder 3m-Brett (falls vorhanden)</li> <li>- Technikdemonstration des Startsprungs mit anschließender Gleit-/Tauchphase</li> </ul>
<b>4. "Schwimmen ohne Grenzen" - ausdauernd schwimmen können</b>	4	4	<p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen,</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.</p>	d 1,2,3 f 2,3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 250m ohne Unterbrechung in gleichmäßigem Tempo (in einer selbst gewählten Schwimmtechnik) schwimmen können</li> </ul>



<p><b>5. "Wir tauchen tief und weit" - sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher und effizient bewegen</b></p>	<p>4</p>	<p>4</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.</p>	<p><b>a 1</b> <b>c 1,2,3</b> <b>f 1</b></p>	<p>- Steckentauchen - Tieftauchen (z. B. nach Ringen tauchen)</p>
<p><b>6. "Laufen über Stock und Stein" - Das Laufen in seiner Vielfalt anwenden</b></p>	<p>3</p>	<p>10</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen die individuelle Gestaltung des Laufempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.</p> <p><b>UK 2:</b> Die SuS sollen die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen.</p>	<p><b>a 1</b> <b>c 2</b> <b>d 1,2</b> <b>f 1,2</b></p>	<p>- Mit Freude ohne Unterbrechung 10 Minuten ausdauernd laufen können (unterrichtsbegleitend) - Durchführung des kleinen Cooper-Tests (s. Tabelle im Anhang) - 50m Sprint</p>
<p><b>7. "So gelingt uns der große Wurf" - Wie weites Werfen gelingen kann</b></p>	<p>3</p>	<p>8</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitenniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.</p> <p><b>UK 2:</b> Die SuS sollen die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen.</p>	<p><b>a 2,3</b> <b>c 3</b> <b>d 1</b> <b>f 1</b></p>	<p>- Kenntnis der Wurfphasen beim geraden Wurf - Messung der Weite (s. Tabelle im Anhang)</p>

<p><b>8. "Schwingen, Stützen, Springen" - Wir turnen vielfältig und sicher an unterschiedlichen Turngeräten</b></p>	<p>5</p>	<p>14</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z.B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben.  <b>BWK 3:</b> Die SuS sollen am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden.  <b>BWK 4:</b> Die SuS sollen in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.</p>	<p>a 1,2,3 c 1,3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation normgebundener Bewegungsfertigkeiten unter Berücksichtigung der Grundanforderungen Schwingen, Stützen und Springen an unterschiedlichen Geräten (punktuell)</li> <li>- Beachtung der Sicherheitsvorgaben beim Geräteaufbau (unterrichtsbegleitend)</li> <li>- Hilfe- und Sicherheitsstellung (Klammergriff, Stützgriff) anwenden (unterrichtsbegleitend)</li> </ul>
<p><b>9. Hip Hop, Breakdance und Co. - gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen</b></p>	<p>6</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden.  <b>BWK 3:</b> Die SuS sollen grundlegende Aufstellungsformen / Formationen anwenden und beschreiben.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten.</p>	<p>b 1,3 e 1,2 f 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Choreographie/Bewegungsfolge auf der Basis der Bewertungskriterien: Bewegungsfluss und -vielfalt, Ausdruck, Schwierigkeitsgrad, Synchronität, Raum usw. (punktuell)</li> </ul>
<p><b>10. Das Fahrradfahren (wieder) entdecken - Bewegungsräume mit dem Fahrrad vielfältig und sicher nutzen</b></p>	<p>8</p>	<p>6</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen Bewegungsabläufe beim Gleiten, Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.</p>	<p>a 1,2 c 3 f 1,2</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kriterien eines verkehrssicheren Fahrrades benennen</li> <li>- Einen selbst erstellten Parcours sicher bewältigen</li> </ul>
<p><b>11. "Badminton vom Miteinander zum Gegeneinander" - grundlegende Schlagarten in unterschiedlichen Spielsituationen anwenden</b></p>	<p>7</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten.  <b>BWK 3:</b> Die SuS sollen grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären.  <b>BWK 4:</b> Die SuS sollen ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit- und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.</p>	<p>a 1,3 e 1,2,4</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration und Benennung unterschiedlicher Schlagarten (Unterhandschläge, VH-ÜK-Clear) beim Miteinander-Spielen</li> <li>- situativ-sinnvolle Anwendung der Schlagtechniken in Spiel-/Wettkampfsituationen</li> </ul>

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz    MK: Methodenkompetenz    UK: Urteilskompetenz

## Jahrgangsstufe 7

3 Sportstunden pro Woche

Obligatorik: ca. 70 Stunden

Freiraum: ca. 50 Stunden

Prinzipiell gilt: Die Reihenfolge der einzelnen Unterrichtsvorhaben plant der/die Kurslehrer/in nach eigenem Ermessen unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen (z.B. Hallengröße, Materialausstattung und Lage der Sportstunden im Stundenplan).

Unterrichtsvorhaben	BF	Std.	Kompetenzerwartungen (gemäß Kernlernplan des Faches Sport in NRW)	IF	Leistungsbewertung
1. "Wir bereiten sportliches Handeln vor." - Funktionale Aufwärmprozesse planen, leiten und reflektieren.	1	6	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten,</p> <p><b>UK 2:</b> Die SuS sollen gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen.</p>	<p><b>a 1</b></p> <p><b>f 1</b></p>	<p>- Mit einem Partner selbstständig ein 10-minütiges, sportartspez. Aufwärmprogramm planen und durchführen</p> <p>- Reflexion des Aufwärmprogramms im Klassenverband</p>
2. "Lange laufen will gelernt sein." - Das ausdauernde Laufen mit System lernen.	3	8	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitenniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene disziplinspezifische Leistungs-fähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.</p>	<p><b>a 1</b></p> <p><b>c 1,3</b></p> <p><b>d 1,2</b></p> <p><b>f 1,2,3</b></p>	<p>- Dokumentation des eigenen Trainingsprozesses zur Verbesserung der aeroben Ausdauer</p> <p>- Überprüfung der aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit mithilfe des Cooper-Tests (s. Tabelle im Anhang)</p>
3. "Was spielt ihr denn da?"- Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen	2	10	<p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Bewegungsspiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen.</p>	<p><b>a 1</b></p> <p><b>e 1,2,3,4</b></p>	<p>- unterrichtsbegleitende Präsentation von Spielverhalten, Demonstration der Techniken eines alternativen Sportspiels (z. B. Ultimate Frisbee, Baseball, Unihockey oder Flag Football),</p> <p>- Umsetzung technischer Fertigkeiten und mannschaftlichen Verhaltens</p>
4. "Gemeinsam turnen macht Spaß." - Erarbeitung einer Gruppengestaltung an einer Gerätekombination	5	12	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen.</p> <p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.</p> <p><b>UK 2:</b> Die SuS sollen eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten.</p>	<p><b>a 1,2,3</b></p> <p><b>b 1,2</b></p>	<p>- Präsentation einer selbst entwickelten Gruppengestaltung an einer Gerätekombination (mindestens acht Bewegungsfertigkeiten) und Bewertung im Verhältnis 1:1 (Gruppennote: Einzelnote)</p> <p>- Gruppennote durch Lehrer oder Lehrer/SuS (Vielfalt, Schwierigkeit, Synchronität)</p> <p>- Einzelnote durch Lehrer (Ausführung und unterrichtsbegleitend)</p>

<p><b>5. Festhalten und Befreien - Lösungen für Boden-Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Bodenkampf nutzen</b></p>	<p>9</p>	<p>10</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen.  <b>UK 2:</b> Die SuS sollen Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.</p>	<p><b>a 3</b>  <b>c 1,2,3</b>  <b>d 1,3</b>  <b>e 1,4</b>  <b>f 1,2</b></p>	<p>- Zweikampfsituationen am Boden in Turnierform (Halten, Befreien, Umdreher Bauch-/Bankposition) (inkl. Handycap-Kämpfe) anhand von gemeinsam erarbeiteten Kriterien.</p>
<p><b>6. Volley spielen - Handlungsmöglichkeiten volley zu spielen vom Miteinander zum Gegeneinander</b></p>	<p>7</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.  <b>MK 3:</b> Die SuS sollen Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.  <b>UK 2:</b> Die SuS sollen den Umgang mit Fairness und Kooperations-bereitschaft in Sportspielen beurteilen.</p>	<p><b>e 3</b>  <b>d 1,2</b></p>	<p>- Technikprüfung durch Demonstration einer Übungsform zum Spielaufbau;  - Überprüfung der Spielfähigkeit (situationsadäquate Wahl der technischen und taktischen Handlungsmuster) in einer vereinfachten Spielsituation (z.B. 2:2, 3:3)</p>
<p><b>7. "Wir können es noch besser." - Übungs- und Gestaltungsprozesse mit einem Handgerät in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren</b></p>	<p>6</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,  <b>BWK 3:</b> Die SuS sollen Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.  <b>UK 2:</b> Die SuS sollen bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.</p>	<p><b>a 1</b>  <b>b 1,2</b></p>	<p>- Präsentation einer selbstentwickelten Choreographie (Akrobatik) mit Integration typischer Bewegungsformen eines Handgerätes / Objektes unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien Raum und Dynamik  - gegenseitige Selbstbewertung anhand zuvor gemeinsam aufgestellter Kriterien (50% Bewertung SuS, 50% Bewertung durch die Lehrkraft)</p>

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz    MK: Methodenkompetenz    UK: Urteilskompetenz

## Jahrgangsstufe 8

4 Sportstunden pro Woche

Obligatorik: ca. 88 Stunden

Freiraum: ca. 72 Stunden

Prinzipiell gilt: Die Reihenfolge der einzelnen Unterrichtsvorhaben plant der/die Kurslehrer/in nach eigenem Ermessen unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen (z.B. Hallengröße, Materialausstattung und Lage der Sportstunden im Stundenplan).

Unterrichtsvorhaben	BF	Std.	Kompetenzerwartungen (gemäß Kernlernplan des Faches Sport in NRW)	IF	Leistungsbewertung
1. "Tigerball, Turmball, Burgball und Co" - Werfen und Fangen in unterschiedlichen Handlungssituationen auf dem Weg zum Handballspiel	7	12	<b>BWK 3:</b> Die SuS sollen konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.	a 1,2	- unterrichtsbegleitende Beobachtungen technische Fertigkeiten (Werfen und Fangen), - Spielverständnis in der Gruppe / Mannschaft (Zusammenspiel, Freilaufen, Verteidigen, Balleroberung)
2. Basics des Inlineskatings sicher erlernen - Gleichgewicht und Gleitfähigkeit verbessern	8	16	<b>BWK 1:</b> Die SuS sollen sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern.	a 1,2,3 b 1 c 1,3	- Bewältigung eines Hindernisparcours (Gleiten, Bremsen, Fallen, Slalomfahren, Kurvenfahren, Special Stunts) unter den Kriterien Sicherheit und Dynamik <b>und /oder</b> - Präsentation einer Kurzkür (allein oder mit Partner) verschiedener Basics und Stunts unter den Kriterien Schwierigkeit, Kreativität und Ausführung
3. "Fit in Form" - tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik nutzen (z.B. Rope-Skipping, Aerobic, Step-Aerobic)	6	12	<b>BWK 1:</b> Die SuS sollen ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren. <b>BWK 4:</b> Die SuS sollen eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern. <b>MK 1:</b> Die SuS sollen ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern. <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.	b 1,2 f 2,3	- Präsentation einer selbst entwickelten Choreographie mit Schwerpunkt der Fitness - gegenseitige Selbstbewertung anhand zuvor gemeinsam aufgestellter Kriterien (50% Bewertung SuS, 50% Bewertung durch die Lehrkraft)

<p><b>4. "Gut vorbereitet für den Schnee" - konditionell-koordinative Vorbereitung auf die Schneefahrt (vgl. 5. Unterrichtsvorhaben; BF 8)</b></p>	<p>1</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen.  <b>BWK 3:</b> Die SuS sollen eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen,</p>	<p><b>a 1,2,3</b> <b>f 1,2</b></p>	<p>- Erstellen und Absolvieren eines Stationsbetriebes zur Verbesserung der individuellen konditionell-koordinativen Leistungsfähigkeit in Kleingruppen, begleitende Dokumentation der individuellen Leistungssteigerung mit anschließender Evaluation des Trainingsprozesses</p>
<p><b>5. Die Jochgrimmfahrt - Techniken des Ski- (und ggf. Snowboard) fahrens in der Gruppe erlernen bzw. verbessern (vgl. 4. Unterrichtsvorhaben; BF 1)</b></p>	<p>8</p>	<p>4</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.  <b>UK 2:</b> Die SuS sollen Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen.</p>	<p><b>a 1,2</b> <b>d 1</b> <b>f 1,2</b></p>	<p>- unterrichtsbegleitende Beobachtung des Lernfortschrittes und der sozialen Kompetenzen (Hinweis: Die Beobachtungen können auch in Form einer Note ausgedrückt werden)</p>
<p><b>6. "Das hab' ich so noch nie gemacht!" - Kugelstoß, Hochsprung und Sprint als neue Herausforderung annehmen</b></p>	<p>3</p>	<p>18</p>	<p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.</p>	<p><b>a 1,2,3</b> <b>c 3</b> <b>d 1</b></p>	<p>-Technikdemonstration anhand eines kriteriengeleiteten Technikbogens (siehe Anlage)</p>
<p><b>7. "Geht es auch anders?" - Variation eines ausgewählten Spiels - Grundideen und Strukturen eines Spiels analysieren, vergleichen und verändern</b></p>	<p>2</p>	<p>14</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen leichtathletische Wettkampfgeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.</p>	<p><b>a 1</b> <b>e 1,2,3,4</b></p>	<p>- Präsentation und Durchführung einer Spielvariation mit selbst erstelltem Regelwerk in Kleingruppen</p>

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz    MK: Methodenkompetenz    UK: Urteilskompetenz

## Jahrgangsstufe 9

2 Sportstunden pro Woche

Obligatorik: ca. 76 Stunden

Freiraum: ca. 4 Stunden

Prinzipiell gilt: Die Reihenfolge der einzelnen Unterrichtsvorhaben plant der/die Kurslehrer/in nach eigenem Ermessen unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen (z.B. Hallengröße, Materialausstattung und Lage der Sportstunden im Stundenplan).

Unterrichtsvorhaben	BF	Std.	Kompetenzerwartungen (gemäß Kernlernplan des Faches Sport in NRW)	IF	Leistungsbewertung
1. Ausdauernd schwimmen	4	4	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen.</p>	<p><b>d 1,2</b> <b>f 2,3</b></p>	- Demonstration einer Ausdauerleistung (mindestens 20 Minuten ohne Unterbrechung in gleichmäßigem Tempo unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit schwimmen können)
2. Verbesserung der Technik: (1) Brust- oder Delfinschwimmen (2) Kraul- oder Rückenschwimmen	4	10	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern.</p>	<p><b>a 1,2,3</b> <b>d 1,2</b></p>	<p>- punktuelle, kriteriengeleitete Techniküberprüfung einer Wechselzug- sowie einer Gleichzugtechnik</p> <p>- unterrichtsbegleitende Bewertung der individuellen Intensität und Effektivität der Übungsprozesse</p>
3. Rettungsschwimmen	4	4	<p><b>BWK 4:</b> Die SuS sollen Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen..</p>	<p><b>a 1</b> <b>f 1,2,3</b></p>	- Demonstration von mindestens einer Abschlepptechnik und zwei Befreiungsgriffen (Maßnahmen zur Selbstrettung)
4. Fußball - individualtaktisch im Spiel angemessen und situationsgerecht reagieren und verbalisieren können	7	12	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.</p> <p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern.</p> <p><b>BWK 3:</b> Die SuS sollen konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.</p> <p><b>MK 1:</b> Die SuS sollen Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern.</p> <p><b>MK 2:</b> Die SuS sollen spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden.</p> <p><b>MK 3:</b> Die SuS sollen Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.</p> <p><b>UK 1:</b> Die SuS sollen die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</p> <p><b>UK 2:</b> Die SuS sollen den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.</p>	<p><b>d 1,3</b> <b>e 2,3,4</b></p>	<p>- Demonstration der individualtaktischen Verhaltenweisen in spielnahen Situationen (Abwehrverhalten: Steuern, Doppeln; Angriffsverhalten: Doppelpass, Hinterlaufen)</p> <p>- Demonstration der Spielfähigkeit bis mind. zum Spiel 4:4</p>



<p><b>5. "Ich trau mich!" - Wagnissituationen am Beispiel turnerischer Bewegungsfertigkeiten erarbeiten</b></p>	<p>5</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 2:</b> Die SuS sollen an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortliche Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.  <b>MK 3:</b> Die SuS sollen sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen.</p>	<p><b>a 1,2,3</b> <b>c 1,2,3</b></p>	<p>- unterrichtsbegleitend Wagnissituationen an unterschiedlichen Gerätestationen bewältigen  - Technikdemonstration weiterer Helfergriffe in Partnerarbeit</p>
<p><b>6. Werfen und Fallen - Kooperativ Würfe aus typischen Zweikampfsituationen erarbeiten und diese im kontrollierten Standkampf (Judo-Sumo-Turnier) nutzen</b></p>	<p>9</p>	<p>10</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten.  <b>MK 2:</b> Die SuS sollen kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen.  <b>UK 2:</b> Die SuS sollen Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.</p>	<p><b>a 3</b> <b>c 1,2,3</b> <b>d 1,3</b> <b>e 1,4</b> <b>f 1,2</b></p>	<p>- situativ angemessene Würfe werfen (Entscheidungstraining: Aktion von Uke (z.B. Drücken in gleicher Auslage) -&gt; Reaktion (passender Wurf) von Tori)</p>
<p><b>7. Badminton - grundlegende Techniken als Voraussetzung für situationsgerechtes Handeln</b></p>	<p>7</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren.  <b>BWK 2:</b> Die SuS sollen das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern.  <b>MK 3:</b> Die SuS sollen Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichterfunktionen übernehmen.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.</p>	<p><b>a 1,2,3</b> <b>d 2</b> <b>e 4</b></p>	<p>- punktuelle und/oder unterrichtsbegleitende Technikpräsentation ausgewählter Techniken (ÜK-Clear, UH-Clear, Smash, Drop, Stop)  - Überprüfung der Spielfähigkeit (situativ-sinnvolle Anwendung der Schlagtechniken in Wettkampfsituationen)</p>
<p><b>8. "Höher, weiter, schneller" - einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen</b></p>	<p>3</p>	<p>12</p>	<p><b>BWK 1:</b> Die SuS sollen leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitenniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.  <b>BWK 3:</b> Die SuS sollen beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.  <b>BWK 4:</b> Die SuS sollen einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen.  <b>MK 1:</b> Die SuS sollen leichtathletische Wettkampfgeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten.  <b>UK 1:</b> Die SuS sollen die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.</p>	<p><b>a 2,3</b> <b>c 2</b> <b>d 1,2,3</b> <b>f 1</b> <b>e 1,3,4</b></p>	<p>- punktuelle, regelgerechte Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes (100m-Sprint, Weit- oder Hochsprung, Kugelstoß)  - Absolvierung einer Ausdauerleistung (30-Minuten-Lauf)  (Leistungstabelle: s. Anhang)</p>

BWK: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz    MK: Methodenkompetenz    UK: Urteilskompetenz



## **5. Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept**

Die Fachkonferenz der Hildegardis-Schule hat ein Konzept zur Leistungsbewertung auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport NRW vereinbart, in welchem festgelegt ist, welche Grundsätze und Formen der Leistungsmessung und Leistungsbewertung verbindlich in den jeweiligen Jahrgangsstufen gelten bzw. zu erbringen sind. Sie stellt dadurch die Vergleichbarkeit der Anforderungen innerhalb einzelner Jahrgangsstufen sicher.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen, an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen und jeweils ausgewiesenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens (vgl. Kapitel 2 – 4).

Die Leistungsbeurteilung berücksichtigt die Stimmigkeit von Lernerfolgsüberprüfungen im Gesamtzusammenhang des Kernlehrplans Sport. Sie orientiert sich am spezifischen Lernvermögen und an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen, wobei neben den Ergebnissen auch die Prozesse selbst einzubeziehen sind.

### **5.1 Grundsätze der Leistungsbewertung**

Folgende Grundsätze zur Leistungsbewertung wurden von der Fachkonferenz Sport an der Hildegardis-Schule verbindlich festgelegt:

#### **5.1.1 Bewertung auf der Grundlage der Bewegungsfelder / Sportbereiche**

Die Leistungsbewertung bezieht sich auf alle Bewegungsfelder und Sportbereiche. Es wird sichergestellt, dass sich die Leistungsbewertung entsprechend der Anzahl und inhaltlichen Schwerpunkte der Kompetenzerwartungen verhält, eine Beschränkung auf einzelne Bewegungsfelder und Sportbereiche/Kompetenzerwartungen ist nicht erlaubt.

#### **5.1.2 Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche**

Der Sportunterricht ist einem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz. Die Leistungsbewertung im Fach Sport bezieht sich auf alle Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport:

- Das Einbringen von **Leistungen im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** bezieht sich auf psycho-physische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive sowie ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten. Darüber hinaus berücksichtigt dieser Kompetenzbereich aber auch das Einbringen systematischen, grundlegenden Wissens in den Bereichen Bewegung, Spiel und Sport. Von zentraler Bedeutung für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist, über sporttheoretisches Hintergrundwissen sowie Fach- und Sachkenntnisse aus den unterschiedlichen Sinnggebungsbereichen des Sports zu verfügen und mit diesem Wissen situationsangemessen umgehen zu können.
- Das Einbringen von **Leistungen im Bereich der Methodenkompetenz** bezieht sich auf methodisch-strategische wie auch sozial-kommunikative Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens allein und in der Gruppe. Einerseits sind grundlegende Verfahren, sportbezogene Informationen und relevantes Fachwissen zu beschaffen, aufzubereiten, zu strukturieren. Andererseits sind Verfahrenkenntnisse und Fähigkeiten, sich selbstständig strukturiert und systematisch mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinander zu setzen und eigenverantwortlich angemessene Lösungswege sowie Handlungspläne zu entwerfen in die Leistungsbewertung einzubeziehen. Darüber hinaus sind Verfahren in die Leistungsbewertung im Sportunterricht einzubeziehen, die sporttypischen Handlungssituationen in der Gruppe angemessen zu berücksichtigen.

- Das Einbringen von **Leistungen im Bereich der Urteilskompetenz** ist eng verknüpft mit Leistungen in allen Kompetenzbereichen. Es umfasst eine kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, indem das selbstständige, auf Kriterien gestützte begründete Beurteilen im Mittelpunkt steht. Dies impliziert das Finden eines eigenen Urteils ebenso wie das verständigungsorientierte Abwägen und den verständnisvoll reflektierten Umgang mit Anderen auch in der Sportpraxis. Urteilskompetenz zielt somit auf argumentativ schlüssiges Abwägen und Beurteilen, das sich sowohl auf sportpraktische Erfahrungen als auch auf fachliche und methodische Kenntnisse stützt. Darüber hinaus zielt das Reflektieren und Einordnen von Lernerfahrungen im Zusammenhang mit verschiedenen Sinnrichtungen und Motiven sportlichen Handelns auf den Sinn des eigenen Tuns ab. Andererseits bezieht sie aber auch die kritische Auseinandersetzung mit Bewegungs-, Spiel- und Sportkulturen ein.

### **5.1.3 Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen**

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt, wobei die Angemessenheit und der Anteil an der Bewertung vom Anteil und von der jeweiligen Bedeutung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens abhängen. Leistungen im Bereich sportbezogenen personalen und sozialen Verhaltens beziehen sich immer auf Kriterien, die im Unterricht erarbeitet und eingeübt werden können. Die bloße Auflistung von Beurteilungsaspekten reicht nicht aus, um sportbezogenes Verhalten angemessen zu beurteilen.

- **Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen** spielen im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich beziehen sich auf das selbstständige und verantwortliche Gestalten von sportlichen Handlungssituationen. Leistungen in diesem Bereich berücksichtigen das Herrichten von Spielflächen und Geräten, das Verteilen von Rollen oder die Bildung von Mannschaften, das Vereinbaren von Regeln. Darüber hinaus beziehen sie sich – altersangemessen – auf gegenseitige Beratung, Hilfe sowie Korrektur beim Lernen, Üben und Trainieren.
- **Anstrengungsbereitschaft** spielt in der Leistungsbewertung produkt- und prozessbezogen eine wesentliche Rolle. Einerseits bezieht sich Anstrengungsbereitschaft konkret auf das unterrichtliche Geschehen und die Bereitschaft, darin engagiert und motiviert mitzuarbeiten. Andererseits bezieht sich Anstrengungsbereitschaft aber auch auf die Fähigkeit, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um darin erfolgreich mitarbeiten zu können.
- **Selbstständigkeit** bezieht sich in der Leistungsbewertung im Sportunterricht auf die Fähigkeit, beim Geräteaufbau und -abbau zu helfen und Eigenverantwortung für die Sicherheit im Sportunterricht zu gewährleisten. Darüber hinaus geht es auch darum, sich im Sportunterricht selbstständig aufzuwärmen, intensiv zu üben und zu trainieren sowie sich auf den Sportunterricht angemessen vor- und nachzubereiten sowie für eine angemessene Sportbekleidung zu sorgen.
- **Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit** beziehen sich darauf, sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben an die Regeln des fairen Umgangs miteinander zu halten, die Bereitschaft zu zeigen, berechnete Interessen auch mal zurückzustellen, sowie in allen Gruppen konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen.

### **5.1.4 Bewertung vor dem Hintergrund individuellen Leistungsvermögens**

Die Leistungsbewertung zielt darauf ab, Schülerinnen und Schüler individuelle Rückmeldungen über ihren Leistungsstand zu ermöglichen und sie vor dem Hintergrund ihres Leistungsvermögens individuell zu fördern und zu stärken. Sie ist damit einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet, das das individuelle Leistungsvermögen sowie der individuelle Lernfortschritt in der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

### 5.1.5 Bewertung vor dem Hintergrund von Transparenz und Angemessenheit

Eine (sach-)gerechte Leistungsbewertung setzt voraus, dass Schülerinnen und Schüler sowie deren Erziehungsberechtigte mit den Leistungsanforderungen des Sportunterrichts in der jeweiligen Jahrgangsstufe durch die Sportlehrkraft vertraut gemacht werden. Deshalb werden die Grundsätze der Leistungsbewertung gegenüber Schülerinnen und Schülern sowie deren Erziehungsberechtigten offengelegt. Im „**Sportnoten-Check**“ werden die einzelnen Kompetenzbereiche aufgegriffen und mit Beispielen erklärt. Der „Sportnoten-Check“ wird durch eine „Auskunft zum Gesundheitszustand“ ergänzt (s. Anlage).

<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Fachlicher Kern und Ausgangspunkt für die Methoden- und Urteilskompetenz</li> <li>&gt; Fähigkeit, sportliche Handlungen flexibel und genau wahrzunehmen</li> <li>&gt; Erwerb und Anwendung von Wissen</li> </ul>
<p>Das bedeutet z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Wie gut beherrsche ich den Bewegungs-/Lernbereich?</i></li> <li>- <i>Ist ein Lernzuwachs erkennbar?</i></li> <li>- <i>Zeige ich mein Wissen in Unterrichtsgesprächen?</i></li> <li>- <i>Habe ich die notwendigen konditionellen / technischen / taktischen Fähigkeiten bzw. Fertigkeiten?</i></li> </ul>

<b>Methodenkompetenz</b>	<b>Urteilskompetenz</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Verfahren, um sportbezogene Informationen und Fachwissen zu beschaffen, aufzubereiten, zu strukturieren und anzuwenden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Selbstständiges, auf Kriterien gestütztes Beurteilen</li> <li>&gt; Verständnisvoller und reflektierter Umgang mit Anderen</li> </ul>
<p style="text-align: center;">Das bedeutet z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Baue ich ordnungsgemäß auf und ab? Gehe ich mit den Materialien sorgfältig um?</i></li> <li>- <i>Habe ich Teamgeist?</i></li> <li>- <i>Bin ich fair, d.h. halte ich mich an Regeln, gönne ich Anderen den Sieg?</i></li> <li>- <i>Nehme ich Hilfe an und gebe ich selber Hilfestellung?</i></li> <li>- <i>Arbeite ich produktiv in der Gruppe?</i></li> <li>- <i>Übe ich konzentriert und streng mich dabei an?</i></li> <li>- <i>Bin ich zuverlässig? (Pünktlichkeit, Sportausrüstung usw.)</i></li> <li>- <i>Beachte ich die Sicherheitsaspekte des Schulsports, d.h. trage ich Hallenschuhe, keinen Schmuck, angemessene Sportkleidung, ggf. Haargummi bzw. Sportbrille?</i></li> <li>- <i>Bin ich bereit, Neues auszuprobieren?</i></li> <li>- <i>Arbeite ich verantwortungsvoll?</i></li> <li>- <i>Kann ich eigene Schwächen erkennen und überwinden?</i></li> <li>- <i>Kann ich meine eigene Leistung objektiv einschätzen?</i></li> <li>- <i>Bin ich bereit, selbstständig mitzuwirken?</i></li> <li>- <i>Bin ich zu Kommunikation bereit?</i></li> </ul>	

Der Sportlehrer macht zu Beginn eines Unterrichtsvorhabens – neben der Darlegung der Zielsetzungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte – die Leistungsbewertung durch die Offenlegung der konkreten Leistungsanforderungen sowie der angestrebten Kompetenzen bzw. durch die gemeinsame Erarbeitung von Kriterien zur Leistungsbewertung transparent. Lern-, Übungs- und Prüfungssituationen stehen dazu inhaltlich und zeitlich in einem angemessenen Verhältnis zueinander. Jeweils nach Abschluss eines Unterrichtsvorhabens werden die Schülerinnen und Schüler über ihren Lernfortschritt sowie entsprechende Maßnahmen zur individuellen (Leistungs-)Förderung im Sport informiert bzw. individuell beraten.

## **5.2 Formen der Leistungsbewertung**

Die Leistungsbewertung erfolgt gemäß Kernlehrplan Sport in vielfältigen Formen. Diese Vielfalt dient der Möglichkeit zur differenzierten individuellen Rückmeldung über das Erreichen von Zielsetzungen im Sportunterricht sowie über den Könnens- und Lernfortschritt in Form von Lernerfolgsüberprüfungen, um diese für die individuelle Entwicklungsförderung von Schülerinnen und Schülern zu nutzen. Lehrkräften dienen die Lernerfolgsüberprüfungen dazu, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten. Deshalb benennt die Fachschaft Sport für jedes Unterrichtsvorhaben konkrete Leistungsanforderungen hinsichtlich einzubringender punktueller und unterrichtsbegleitender Formen der Überprüfung. Diese sind verbindlich.

Die Fachschaft vereinbart einen Minimalkonsens über verbindliche Formen der Leistungsbewertung. Dabei beziehen sich die Lernerfolgsüberprüfungen (allein und bzw. oder in der Gruppe) auf alle drei Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport.

### **5.2.1 Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung**

Sie erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen auf der Grundlage zuvor festgelegter, der Lerngruppe bekannter Kriterien. Sie stellen in besonderer Weise ein geeignetes Instrument zur individuellen Rückmeldung für das Erreichen von Lernzielen im Unterricht dar. Deshalb ist eine möglichst zeitnahe Rückmeldung zur erbrachten Leistung erforderlich. Darüber hinaus ermöglichen prozessbezogene Lernerfolgsüberprüfungen in Form von Langzeitbeobachtungen, Lernleistungen in ihrer Stetigkeit einzuschätzen und durch deren langfristige Begleitung und Unterstützung kontinuierlich zu entwickeln. Das gilt vor allem für den Bereich von Verhaltensdispositionen im Sport, die sich in partnerschaftlichem fairem, kooperativen sowie tolerantem Verhalten zeigen. Die unterrichtsbegleitenden, prozessbezogenen Lernerfolgsüberprüfungen beziehen sich auf folgende Formen:

- selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
- Mitgestaltung von Unterrichtssituationen
- Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter- und Kampfrichteraufgaben
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Anstrengungsbereitschaft, Willenskraft, Kooperations- und Teamfähigkeit, Leistungsbereitschaft
- Beiträge (mündlich): Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch usw.

### **5.2.2 Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfung**

Sie setzen voraus, dass die Schülerinnen und Schüler mit den an sie gestellten Anforderungen aus dem Unterricht vertraut sind und dass hinreichend Gelegenheit zum Üben und Festigen des Erlernten im Unterricht bestand. Die Fachschaft Sport verständigt sich darüber, dass dies im Klassenbuch sorgfältig dokumentiert wird. Die punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen (allein und bzw. oder in der Gruppe) beziehen sich auf folgende Formen:

- Demonstration von Bewegungshandeln, Präsentationen technisch-koordinativer Fertigkeiten, taktisch-kognitiver sowie ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten
- Fitness-/ Ausdauerleistungstests
- Qualifikationsnachweise: Schwimmbabzeichen, Sportabzeichen
- Wettkämpfe: Mehrkämpfe, Turniere

- selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Schriftliche Beiträge zum Unterricht, z. B. Übungen, Skizzen, Plakate, Tabellen, Kurzreferate, Stundenprotokolle, Übungs- oder Trainingsprotokolle, Lerntagebücher, Portfolios
- Mündliche Beiträge zum Unterricht: z. B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch usw.

### **5.3 Leistungsanforderungen – Kriterien zur Leistungsbewertung**

Die Fachkonferenz Sport der Hildegardis-Schule hat Kriterien für gute und ausreichende Leistungen in den Jahrgangsstufen 5 und 6 sowie 7 bis 9 festgelegt. Dabei berücksichtigt sie die im Kernlehrplan formulierten Leistungsanforderungen sowie beobachtbares Verhalten, das in allen Bewegungsfeldern/Sportbereichen übergreifend erkennbar ist.

Die Fachkonferenz vereinbart Mindestanforderungen für alle durch die Fachkonferenz im Rahmen der Obligatorik vereinbarten Unterrichtsvorhaben, die sie der Lerngruppe jeweils zu Beginn eines Unterrichtsvorhabens vorstellt.

### 5.3.1 Leistungsanforderungen am Ende der Jahrgangsstufe 6

Gute Leistungen Ende 6	Leistungsanforderungen	Ausreichende Leistungen Ende 6
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>		
Schülerinnen und Schüler verfügen in grundlegenden sportlichen Handlungssituationen über insgesamt - den Anforderungen voll entsprechende - physische Leistungsvoraussetzungen zur angemessenen Bewältigung der Bewegungsaufgaben und dazu notwendiger konditioneller Fähigkeiten.	psycho-physisch (6 L 1)	Schülerinnen und Schüler verfügen insgesamt über physische Leistungsvoraussetzungen, die bereits altersbezogene Defizite aufweisen, die insgesamt aber noch grundlegendes sportliches Handeln ermöglichen; Einsicht und Wille zur Leistungsverbesserung sind vorhanden.
Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende technisch- koordinative Fähigkeiten in nahezu allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus); der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auch bei kleinen Fehlern nicht beeinträchtigt.	technisch-koordinativ (6 L 2)	Schülerinnen und Schüler verfügen über mäßig ausgeprägte technisch- koordinative Fähigkeiten (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen zum Teil nicht mehr entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern etwas beeinträchtigt.
Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlicher Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen unter Berücksichtigung der Beurteilungskriterien taktisch-kognitiv situativ angemessen.	taktisch-kognitiv (6 L 3)	Schülerinnen und Schüler verhalten sich in sportlicher Handlungssituationen sowie grundlegenden Spielhandlungen situativ wenig angemessen; einfache Handlungssituationen können selten taktisch-kognitiv angemessen bewältigt werden.
Schülerinnen und Schüler bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen entsprechend der Aufgabenstellung und berücksichtigen dazu geforderte Gestaltungs- und Ausführungskriterien jeweils situativ angemessen.	ästhetisch-gestalterisch (6 L 4)	Schülerinnen und Schüler bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen selten entsprechend der Aufgabenstellung und berücksichtigen dazu nur zum Teil die geforderten Gestaltungs- und Ausführungskriterien.
Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können diese vor dem Hintergrund erlebter Praxis an ausgewählten Beispielen reflektiert anwenden und nutzen. Sie können jederzeit über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen situativ angemessen reflektieren.	Fachliche Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln (6 L 5)	Schülerinnen und Schüler weisen bei den grundlegenden Kenntnissen zum eigenen sportlichen Handeln in Teilbereichen Lücken auf und verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen wenig sachgerecht reflektieren.
Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext. Sie verfügen über differenzierte und vertiefte Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern und können diese beim Mit- und Gegeneinander stets sozialadäquat und teamorientiert anwenden.	Fachliche Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext (6 L 6)	Schülerinnen und Schüler weisen bei den grundlegenden Kenntnissen zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext in Teilbereichen Defizite auf. Sie verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern und können ihre Kenntnisse beim Mit- und Gegeneinander nicht sozialadäquat anwenden.
---	Fachliche Kenntnisse zum Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit (6 L 7)	---
<b>Methodenkompetenz</b>		
Schülerinnen und Schüler wenden grundlegende Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens selbstständig und eigenverantwortlich an und nutzen die Kenntnisse hierfür situationsangemessen in anderen Sachzusammenhängen.	Methodisch-strategische Verfahren anwenden (6 L 8)	Schülerinnen und Schüler wenden grundlegende Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens rudimentär und mit starker Unterstützung an. Sie können ihre schwach ausgeprägte Methodenkompetenz nicht immer situationsangemessen auf andere Sachverhalte übertragen.
Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über grundlegende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ beim gemeinsamen Sporttreiben.	Sozial-kommunikative Verfahren anwenden (6 L 9)	Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln nur über unzureichende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie nutzen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln nur selten situativ angemessen.

Gute Leistungen Ende 6	Leistungsanforderungen	Ausreichende Leistungen Ende 6
<b>Urteilskompetenz</b>		
Schülerinnen und Schüler schätzen ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit sowie ihre technisch- koordinativen, taktisch- kognitiven und ästhetisch- gestalterischen Fähigkeiten und die der Mitschülerinnen und Mitschüler mit Hilfe vorgegebener Kriterien selbstständig situationsangemessen ein.	eigenes sportliches Handeln und das der Mitschülerinnen und Mitschüler (6 L 10)	Schülerinnen und Schüler schätzen ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit sowie ihre technisch- koordinativen, taktisch- kognitiven und ästhetisch- gestalterischen Fähigkeiten und die der Mitschülerinnen und Mitschüler nur mit Hilfe grundlegend ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist in nahezu allen Bereichen schwach ausgeprägt.
Schülerinnen und Schüler schätzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen weitgehend angemessen ein.	Grundlegende Sachverhalte/ Rahmenbedingungen des eigenen sportlichen Handelns, des Handelns im sozialen Kontext (6 L 11)	Schülerinnen und Schüler schätzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen sehr vereinfacht und sachlich nicht immer angemessen bzw. häufig nur unter starker Mithilfe.
Schülerinnen und Schüler schätzen die Anwendung und Nutzung methodisch- strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge in Bewegung, Spiel und Sport bei sich selbst und anderen stets angemessen ein.	methodisch-strategische und sozial-kommunikative Verfahren und Zugänge bei Bewegung, Spiel und Sport (6 L 12)	Schülerinnen und Schüler schätzen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge in Bewegung, Spiel und Sport bei sich selbst und anderen oft nicht angemessen ein.
<b>Beobachtbares Verhalten</b>		
Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und zeigen in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen Verantwortungsbereitschaft für sich selbst und andere. Sie unterstützen weitgehend selbstständig das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte.	Selbst- und Mitverantwortung (6 L 13)	Schülerinnen und Schüler unterstützen den geordneten Unterrichtsablauf nur auf ausdrückliche Anweisung und zeigen in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen kaum Verantwortungsbereitschaft für sich selbst und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur auf ausdrückliche Aufforderung.
Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen kontinuierlich eine hohe Bereitschaft, die Ziele des Unterrichts zu erreichen; das bezieht sich sowohl auf sportbezogene kognitive wie auch auf kognitive Prozesse. Sie zeigen hohe Anstrengungsbereitschaft.	Leistungswille, Leistungsbereitschaft, Anstrengungsbereitschaft (6 L 14)	Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen eine geringe Bereitschaft, die Ziele des Unterrichts zu erreichen; das bezieht sich sowohl auf sportbezogene kognitive wie auch auf kognitive Prozesse. Sie zeigen von sich aus kaum Anstrengungsbereitschaft.
Schülerinnen und Schüler setzen sich im Sportunterricht situationsangemessen eigene Ziele und verfolgen diese weitgehend selbstständig bis zur Zielerreichung.	Selbstständigkeit (6 L 15)	Schülerinnen und Schüler setzen sich im Sportunterricht situationsangemessen selten eigene Ziele und müssen im Lern- Übungs- und Trainingsprozess vom Lehrer zur Zielerreichung eng geführt werden.
Schülerinnen und Schüler kennen die bewegungsfeld- und sportbereichsspezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen und wenden diese allein und in der Gruppe unter Aufsicht der Lehrkraft sachgerecht an.	Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen (6 L 16)	Schülerinnen und Schüler kennen die bewegungsfeld- und sportbereichsspezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen nur teilweise und wenden diese nur auf ausdrückliche Aufforderung des Lehrers und unter seiner Anleitung sachgerecht an.
Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis und kooperieren in sportlichen Handlungssituationen alters- und situationsadäquat. Sie nehmen Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten der anderen in Wettkampf- und Spielsituationen angemessen reflektieren.	Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit (6 L 17)	Schülerinnen und Schüler verhalten sich in einfachen Spielhandlungen sowie in sportlichen Handlungssituationen häufig situativ unangemessen. Sie haben überwiegend den eigenen Vorteil im Blick und zeigen sich wenig einsichtig im Blick auf die Wertevorstellungen und Lösungsmöglichkeiten anderer. Darüber hinaus können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln.

### 5.3.2 Leistungsanforderungen am Ende der Jahrgangsstufe 9

Gute Leistungen Ende 9	Leistungsanforderungen	Ausreichende Leistungen Ende 9
<b>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz</b>		
Schülerinnen und Schüler zeigen eine dauerhaft hohe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft sowie einen individuell förderlichen Leistungswillen ohne Rücksicht auf individuelle sportliche Interessen und Neigungen. Darüber hinaus zeigen sie die Bereitschaft, diese auch weiterhin zu verbessern.	psycho-physisch (9 L 1)	Schülerinnen und Schüler zeigen häufig eine geringe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft sowie einen nur gering ausgeprägten Leistungswillen. Die psycho-physische Belastbarkeit ist schwach entwickelt. Es ist häufig ein Vermeidungsverhalten zu beobachten. Einsicht und Wille zur Leistungssteigerung sind wenig ausgeprägt.
Schülerinnen und Schüler verfügen in komplexen technisch- koordinative Anforderungen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus) in nahezu allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen über ausgeprägte technisch-koordinative Fertigkeiten; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und zeigt hohe Bewegungsqualität.	technisch-koordinativ (9 L 2)	Schülerinnen und Schüler weisen technisch-koordinative Mängel auf (u.a. bei Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen kaum entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern in der Bewegungsausführung qualitativ gemindert. Der Bewegungsfluss muss unterbrochen werden.
Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ stets angemessen. Eine ausgeprägt differenzierte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt auch unter Druckbedingungen zu sachgerechten und situativ angemessenen taktisch-kognitiven Entscheidungen.	taktisch-kognitiv (9 L 3)	Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ selten angemessen. Eine fehlerhafte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt oftmals – bereits bei geringen Druckbedingungen - zu fehlerhaften taktisch-kognitiven Entscheidungen.
Schülerinnen und Schüler bewältigen auch komplexe ästhetisch- gestalterische Anforderungen entsprechend der Aufgabenstellung. Sie berücksichtigen dazu geforderte Gestaltungs- und Ausführungskriterien stets situativ angemessen.	ästhetisch-gestalterisch (9 L 4)	Schülerinnen und Schüler bewältigen komplexe ästhetisch- gestalterische Anforderungen selten entsprechend der Aufgabenstellung und berücksichtigen dazu nur zum Teil die geforderten Gestaltungs- und Ausführungskriterien.
Schülerinnen und Schüler verfügen über weitreichende Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können diese vor dem Hintergrund erlebter Praxis souverän reflektiert anwenden und nutzen. Sie können jederzeit über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen situativ angemessen differenziert reflektieren.	Fachliche Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln (9 L 5)	Schülerinnen und Schüler weisen kaum angemessene Grundkenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln auf. Sie weisen in weiten Bereichen Lücken auf. Sie verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen nicht immer sachgerecht reflektieren.
Schülerinnen und Schüler verfügen über vertiefte Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext. Sie weisen sehr differenzierte Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern nach und können diese beim Mit- und Gegeneinander auch unter hohen Druckbedingungen sozialadäquat und teamorientiert anwenden.	Fachliche Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext (9 L 6)	Schülerinnen und Schüler weisen schwach ausgeprägte Grundlagekenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext in nahezu allen Bereichen vor. Sie weisen lückenhafte Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern nach und können diese beim Mit- und Gegeneinander auch nicht in Standardsituationen sozialadäquat und teamorientiert anwenden.
Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit. Sie können einfache gesellschaftliche Phänomene des Sports sachgerecht einordnen und für eigene sportliche Werthaltungen und Einstellungen nutzen.	Fachliche Kenntnisse zum Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit (9 L 7)	Schülerinnen und Schüler verfügen kaum über angemessenes Grundlagenwissen im Bereich des Sports als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit. Sie können nicht einmal grundlegende gesellschaftliche Phänomene des Sports sachgerecht einordnen und für eigene sportliche Werthaltungen und Einstellungen nutzen.
Schülerinnen und Schüler wenden vielfältige Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens selbstständig und eigenverantwortlich an. Sie können diese mühelos auf andere Sachverhalte übertragen. Sie weisen dabei hohe Selbststeuerungskompetenz auf.	Methodisch-strategische Verfahren anwenden (9 L 8)	Schülerinnen und Schüler wenden Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens kaum selbstständig und eigenverantwortlich an und können diese auch nicht ohne starke Unterstützung auf andere Sachverhalte übertragen und anwenden. Sie weisen nur sehr geringe Selbststeuerungskompetenzen auf.



<b>Gute Leistungen Ende 9</b>	<b>Leistungsanforderungen</b>	<b>Ausreichende Leistungen Ende 9</b>
<b>Methodenkompetenz</b>		
Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben.	Sozial-kommunikative Verfahren anwenden (9 L 9)	Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt.
<b>Urteilskompetenz ...</b>		
Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler selbstständig, differenziert – auch unter Druckbedingungen - situationsangemessen ein.	eigenes sportliches Handeln und das der Mitschülerinnen und Mitschüler (9 L 10)	Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler kaum sachgerecht ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist nur sehr schwach ausgeprägt.
Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen auch unter Druckbedingungen sachgerecht und differenziert	Grundlegende Sachverhalte/ Rahmenbedingungen des eigenen sportlichen Handelns, des Handelns im sozialen Kontext (9 L 11)	Schülerinnen und Schüler nutzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen kaum/ wenig sachlich. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist schwach ausgeprägt.
Schülerinnen und Schüler beurteilen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge im Sport bei sich und anderen stets eigenverantwortlich und differenziert.	methodisch-strategische und sozial-kommunikative Verfahren und Zugänge bei Bewegung, Spiel und Sport (9 L 12)	Schülerinnen und Schüler beurteilen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge im Sport bei sich und anderen unsachgerecht/ lückenhaft.
<b>Beobachtbares Verhalten</b>		
Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und übernehmen Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte selbstständig.	Selbst- und Mitverantwortung (9 L 13)	Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf nur auf Anweisung und übernehmen kaum Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur nach Anweisung.
Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen eine hohe Bereitschaft, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen; die Anstrengungsbereitschaft ist hoch.	Leistungswille, Leistungsbereitschaft, Anstrengungsbereitschaft (9 L 14)	Schülerinnen und Schüler zeigen sich in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen wenig interessiert und bemüht, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen. Die Anstrengungsbereitschaft ist gering.
Schülerinnen und Schüler setzen sich situationsangemessen eigene Ziele, wählen sachgerecht fachliche Kenntnisse und Fachmethoden bzw. Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens situations- und altersangemessen aus und verfolgen avisierte, realistische Ziele eigenständig bis zur Zielerreichung.	Selbstständigkeit (9 L 15)	Schülerinnen und Schüler setzen sich selten situativ angemessene eigene Ziele und müssen im Lern- Übungs- und Trainingsprozess von der Lehrkraft zur Zielerreichung stark angeleitet werden. Sie verfolgen Unterrichtsziele oftmals erst nach mehrfacher Aufforderung.
Schülerinnen und Schüler kennen die Bewegungsfeld - und Sportbereich - spezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen und wenden diese allein und in der Gruppe sachgerecht an.	Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen (9 L 16)	Schülerinnen und Schüler kennen die Bewegungsfeld - und Sportbereich - spezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen nur teilweise und wenden diese nur auf ausdrückliche Aufforderung der Lehrkraft sachgerecht an.
Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis, kooperieren und kommunizieren alters- und situationsadäquat. Sie nehmen sie Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen reflektieren.	Fairness, Kooperationsbereitschaft und -Kooperationsfähigkeit (9 L 17)	Schülerinnen und Schüler verhalten sich häufig situativ unangemessen und können die Leistungen anderer kaum anerkennen und wertschätzen. Außerdem können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln. Es gelingt ihnen kaum, ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen zu reflektieren.

## **6. Anhänge**

Schlagball (80g)			Wurfball (200g)			Weitsprung			Kleiner Cooper-Test (6 Min.)			Cooper-Test (12 Min.)		
Leistung in m über ...	Note Jungen	Note Mädchen	Leistung in m über ...	Note Jungen	Note Mädchen	Leistung in m über ...	Note Jungen	Note Mädchen	Leistung in m über ...	Note Jungen	Note Mädchen	Leistung in m über ...	Note Jungen	Note Mädchen
8,00		5	5,00		5	1,60		5 -	500		5 -	1450		5 -
9,00		5 +	6,00		5 +	1,70	6	5	550	6	5	1500		5 -
10,00		4 -	7,00		4 -	1,80	5 -	5	600	5 -	5 +	1550	5 -	5
11,00	5 -	4	8,00		4	1,90	5	5 +	650	5	4 -	1600	5 -	5
12,00	5	4 +	9,00	6	4 +	2,00	5	4 -	700	5 +	4	1650	5	5 +
13,00	5	3 -	10,00	5 -	3 -	2,10	5 +	4	750	4 -	4 +	1700	5	5 +
14,00	5 +	3 (DSA)	11,00	5	3 (DSA)	2,20	4 -	4 +	800	4	3 -	1750	5 +	4 -
15,00	4 -	3	12,00	5	3	2,30	4	3 -	850	4	3	1800	5 +	4 -
16,00	4	3	13,00	5 +	3	2,40	4 +	3 (DSA)	900	4 +	3	1850	4 -	4
17,00	4	3 +	14,00	4 -	3 +	2,50	3 -	3	950	3 -	3 +	1900	4 -	4
18,00	4 +	3 +	15,00	4	3 +	2,60	3 (DSA)	3	1000	3	2 -	1950	4	4 +
19,00	3 -	2 -	16,00	4 +	2 -	2,70	3	3 +	1050	3	2	2000	4	4 +
20,00	3 (DSA)	2 -	17,00	3 -	2 -	2,80	3	3 +	1100	3 +	2	2050	4 +	3 -
21,00	3	2	18,00	3 (DSA)	2	2,90	3 +	2 -	1150	2 -	2 +	2100	4 +	3 -
22,00	3	2	19,00	3	2	3,00	3 +	2 -	1200	2	1 -	2150	3 -	3
23,00	3 +	2 +	20,00	3	2 +	3,10	2 -	2	1250	2	1	2200	3 -	3 +
24,00	3 +	2 +	21,00	3 +	2 +	3,20	2 -	2	1300	2 +	1	2250	3	3 +
25,00	2 -	1 -	22,00	3 +	1 -	3,30	2	2 +	1350	1 -	1 +	2300	3 +	2 -
26,00	2 -	1 -	23,00	2 -	1 -	3,40	2	2 +	1400	1		2350	3 +	2
27,00	2	1	24,00	2 -	1	3,50	2 +	1 -	1450	1		2400	2 -	2 +
28,00	2	1	25,00	2	1	3,60	2 +	1 -	1500	1 +		2450	2 -	1 -
29,00	2 +	1	26,00	2	1 +	3,70	1 -	1				2500	2	1
30,00	2 +	1	27,00	2 +		3,80	1 -	1				2550	2 +	1 +
31,00	1 -	1 +	28,00	2 +		3,90	1	1 +				2600	2 +	
32,00	1 -		29,00	1 -		4,00	1					2650	1 -	
33,00	1		30,00	1 -		4,10	1 +					2700	1 -	
34,00	1		31,00	1		> Absprung aus der Zone, Messung der Weite ab Fuß- spitze						2750	1	
35,00	1 +		32,00	1								2800	1	
			33,00	1 +								2850	1 +	

# Hildegardis-Schule

(Stand: Schuljahr 2016/2017)

# Leichtathletik - Jahrgangsstufe 9

## Tabelle zur Umrechnung der Leistung in eine Note

100 m Sprint			Hochsprung			Weitsprung			Kugelstoßen		
<i>Jungen</i> Zeit in Sek. unter ...	NOTE	<i>Mädchen</i> Zeit in Sek. unter ...	<i>Jungen</i> Höhe in m über...	NOTE	<i>Mädchen</i> Höhe in m über...	<i>Jungen</i> Weite in m über...	NOTE	<i>Mädchen</i> Weite in m über...	<i>Jungen</i> Weite in m über...	NOTE	<i>Mädchen</i> Weite in m über...
13,0	1 +	14,7	1,51	1 +	1,30	5,01	1 +	4,06	8,45	1 +	7,37
13,1	1	14,9	1,49	1	1,28	4,92	1	3,98	8,20	1	7,22
13,2	1 -	15,1	1,47	1 -	1,26	4,82	1 -	3,90	7,95	1 -	7,02
13,4	2 +	15,3	1,45	2 +	1,24	4,71	2 +	3,82	7,70	2 +	6,80
13,6	2	15,5	1,42	2	1,22	4,59	2	3,71	7,45	2	6,58
13,8	2 -	15,7	1,39	2 -	1,20	4,46	2 -	3,60	7,20	2 -	6,36
14,0	3 +	16,0	1,36	3 +	1,18	4,32	3 +	3,49	6,90	3 +	6,14
14,2	3	16,3	1,32	3	1,15	4,18	3	3,38	6,60	3	5,88
14,4	3 -	16,6	1,28	3 -	1,12	4,04	3 -	3,27	6,30	3 -	5,62
14,6	4 +	16,9	1,24	4 +	1,09	3,90	4 +	3,15	6,00	4 +	5,36
14,9	4	17,2	1,20	4	1,06	3,73	4	3,03	5,60	4	5,10
15,2	4 -	17,5	1,16	4 -	1,03	3,55	4 -	2,91	5,20	4 -	4,83
15,5	5 +	17,8	1,12	5 +	1,00	3,37	5 +	2,79	4,80	5 +	4,55
15,8	5	18,1	1,08	5	0,97	3,19	5	2,67	4,40	5	4,27
16,1	5 -	18,4	1,04	5 -	0,94	3,01	5 -	2,55	4,00	5 -	3,99
						Absprung aus der Zone			Jungen: 4-kg-Kugel		
						Messung der Weite ab Fußspitze			Mädchen: 3-kg-Kugel		

## Der Sportnoten-Check: Grundlagen der Notenfindung im Fach Sport

### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

- > Fachlicher Kern und Ausgangspunkt für die Methoden- und Urteilskompetenz
- > Fähigkeit, sportliche Handlungen flexibel und genau wahrzunehmen
- > Erwerb und Anwendung von Wissen

Das bedeutet z.B.:

- *Wie gut beherrsche ich den Bewegungs-/Lernbereich?*
- *Ist ein Lernzuwachs erkennbar?*
- *Zeige ich mein Wissen in Unterrichtsgesprächen?*
- *Habe ich die notwendigen konditionellen / technischen / taktischen Fähigkeiten bzw. Fertigkeiten?*

### Methodenkompetenz

- > Verfahren, um sportbezogene Informationen und Fachwissen zu beschaffen, aufzubereiten, zu strukturieren und anzuwenden

### Urteilskompetenz

- > Selbstständiges, auf Kriterien gestütztes Beurteilen
- > Verständnisvoller und reflektierter Umgang mit Anderen

Das bedeutet z.B.:

- *Baue ich ordnungsgemäß auf / ab? Gehe ich mit den Materialien sorgfältig um?*
- *Habe ich Teamgeist?*
- *Bin ich fair, d.h. halte ich mich an Regeln, gönne ich Anderen den Sieg?*
- *Nehme ich Hilfe an und gebe ich selber Hilfestellung?*
- *Arbeite ich produktiv in der Gruppe?*
- *Übe ich konzentriert und strenge mich dabei an?*
- *Bin ich zuverlässig? (Pünktlichkeit, Sportausrüstung usw.)*
- *Beachte ich die Sicherheitsaspekte des Schulsports, d.h. trage ich Hallenschuhe, keinen Schmuck, angemessene Sportkleidung, ggf. Haargummi bzw. Sportbrille?*
- *Bin ich bereit, Neues auszuprobieren?*
- *Arbeite ich verantwortungsvoll?*
- *Kann ich eigene Schwächen erkennen und überwinden?*
- *Kann ich meine eigene Leistung objektiv einschätzen?*
- *Bin ich bereit, selbstständig mitzuwirken?*
- *Bin ich zu Kommunikation bereit?*

-----bitte abtrennen und unterschrieben zurück -----

### Auskunft zum Gesundheitszustand

Der Schulsportunterricht dient u.a. der Gesundheitsförderung und der Gesundheitserziehung. Um diese Aspekte optimal zu gewährleisten, benötigen wir von Ihnen eine Rückmeldung zum aktuellen Gesundheitszustand ihres Kindes. Selbstverständlich werden Ihre Angaben von mir vertraulich behandelt und dienen ausschließlich dem Dienstgebrauch.

**Name:** \_\_\_\_\_ **Klasse:** \_\_\_\_\_

[ ] Mein(e) Tochter/Sohn hat **keine** längerfristige Erkrankung, die im Sportunterricht berücksichtigt werden müsste.

[ ] Mein(e) Tochter/Sohn hat eine längerfristige Erkrankung, welche die Teilnahme am Sportunterricht einschränkt.

(Bitte Attest beifügen, ggf. mit Angabe der Einschränkungen.)

Bei einer längerfristigen Änderung des Gesundheitszustandes (mehr als 14 Tage) bitte ich um eine zeitnahe Benachrichtigung, auch hier bitte mit Attest und ggf. einer Angabe der Beeinträchtigung(en). Vielen Dank.

\_\_\_\_\_  
Sportlehrer(in)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten

Bochum, 29.02.2016

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Eltern der Klassen 5a, 5b, 5c und 5d,

wie Sie ja vielleicht schon wissen, wird das Schwimmen ein zentraler Bestandteil des Sportunterrichts in der Jahrgangsstufe 6.

Hiermit möchten wir Sie über den **Schwimm-Check** informieren. Aufgrund eines Konferenzbeschlusses der Fachschaft Sport findet dieser bereits in der Jahrgangsstufe 5 statt. Auf der Basis der „Sicherheits- und Gesundheitsförderung des Landes NRW“ soll die Schwimmfähigkeit Ihres Kindes überprüft werden um gegebenenfalls rechtzeitig einen privat organisierten Schwimmunterricht aufsuchen zu können.

Aus organisatorischen Gründen findet der **Schwimm-Check am kommenden Freitag (04.03.2016)** statt, für die **Klassen 5c und 5d in der 3. und 4. Stunde**, für die **Klassen 5a und 5b in der 5. und 6. Stunde**. (Der Transfer zum/vom Nord-West-Bad erfolgt durch einen von der Stadt Bochum gemieteten Bus.) Ansonsten erfolgt der Unterricht nach Plan.

- ➔ Bitte denken Sie unbedingt daran, Ihrem Kind am kommenden Freitag Schwimmzeug, bestehend aus Badehose bzw. Badeanzug, Handtuch, Badeschlappen und Duschzeug (ggf. Schwimmbrille), mitzugeben.

Wir freuen uns auf einen erfolgreichen Schwimm-Check.

Mit freundlichen Grüßen

E. Roßmüller und H. Billenkamp

Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Eltern der Klassen 5a, 5b, 5c und 5d,

hiermit möchten ich Sie darüber informieren, dass das Schwimmen fester Bestandteil des Sportunterrichts in der Jahrgangsstufe 6 ist. Gemäß Erlass des Landes NRW zur „Sicherheitsförderung im Schulsport“ ist die Fachschaft Sport dazu angehalten, die Schwimmfähigkeit der Schülerinnen und Schüler rechtzeitig zu überprüfen. Diese gelten als Schwimmerinnen oder Schwimmer, *„wenn sie vom Beckenrand ins schwimmtiefe Wasser springen, ohne Unterbrechung 25 m weit schwimmen und einen Gegenstand mit den Händen aus schultertiefem Wasser heraufholen können.“*

Beim diesjährigen Schwimm-Check der Jahrgangsstufe 5 konnte die Schwimmfähigkeit Ihres Sohnes / Ihrer Tochter \_\_\_\_\_ leider nicht festgestellt werden. Nach Rücksprache mit der Schulleitung bitte ich Sie daher dafür Sorge zu tragen, dass Ihr Sohn / Ihre Tochter spätestens bis zum Beginn des kommenden Schuljahres einen Nachweis über die Schwimmfähigkeit beim Sportlehrer vorlegt. (Hinweis: Das „Seepferdchen“-Schwimmabzeichen erfüllt bereits die Anforderungen.)

In diesem Zusammenhang verweise ich auf die zahlreichen Angebote umliegender Schwimmvereine, welche meist kostengünstige Schwimmkurse speziell für Schülerinnen und Schüler anbieten. Im Folgenden habe ich Ihnen einige Kontakte zusammengestellt, z.B.:

<b>SV Langendreer 04</b>	Ostbad	Kontakt: Fr. Kerstin Faust Email: Kerstin.Faust@svl04.de
<b>FS Bochum</b>	Nord-West-Bad	Kontakt: Fr. Maike Waschke Email: Maike.Waschke@Freie-Schwimmer-Bochum.de
<b>SG Ruhr e.V.</b>	Unibad / Südbad	Kontakt: Fr. Kati Hämmerich Email: SGRUHR2003@gmail.com

Haben Sie noch Fragen? Schreiben Sie mir einfach eine Email an: [hbillenkamp@hildegardis-bochum.de](mailto:hbillenkamp@hildegardis-bochum.de)

Mit freundlichem Gruß

H. Billenkamp  
(Fachvorsitzender Sport)