

Käthe-Kollwitz-Gesamtschule Grevenbroich

Schulinterner Lehrplan Sport Jahrgänge 5/6

Beschreibung der Kompetenzerwartungen (Lernergebnisse) am
Ende der Jahrgangsstufe 6

Stand September 2026

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen

1. Unterrichtsvorhaben: Körpersignale wahrnehmen, im Gleichgewicht sein, balancieren können

2. Zeitlicher Umfang: ca. 6 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Schwebebänke zum Balancieren, Schwebebalken auf unterschiedlichen Höhen, Stören der Balance, "Blinde" führen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktionen wahrnehmen und steuern (BWK).

... ihre Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Kraft, Koordination, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben (BWK).

... allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, Dehnen, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden (MK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Einhalten der Regeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen

1. Unterrichtsvorhaben: Bewegungszirkus und Varietekünste präsentieren

/

2. Zeitlicher Umfang: ca. 6 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: b

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Kennenlernen verschiedener Handgeräte, alleine und mit dem Partner, Erproben neuer Bewegungsmöglichkeiten, Darstellungsformen erproben

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... eine grundlegende Entspannungstechnik (z.B. Phantasiereise, ...) angeleitet ausführen sowie die hervorgerufenen Wirkungen beschreiben (BWK).

... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Einhalten der Regeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe,
Durchhaltevermögen, Kreativität, Genauigkeit der Bewegungen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Unterrichtsvorhaben: Brennball - ein Spiel verändert sich

- Regeln als Voraussetzung für gemeinsames Spielen
- Regeln sind veränderbar

2. Zeitlicher Umfang: ca. 9 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Vom einfachen Brennballspiel hin zum Gerätebrennball; Beachten von Raumaufteilung und Sicherheitsaspekten; Verändern von Ballarten, Geräten, Wahlart bei der Mannschaftsfindung; Thematisieren des Fair-Play-Gedankens

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden (BWK).

... einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, ...) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (MK).

... Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Einhalten der Regeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Hinführung zu den Sport- und Spielenachmittagen (**Jg. 5: Brennball; Jg.6: Ringhockey**)

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Unterrichtsvorhaben: Wir schaffen uns Spielgelegenheiten

- Lauf- und Fangspiele; kleine Spiele
- Geräte vielseitig einsetzen; Örtlichkeiten als Spielräume entdecken und (um-)gestalten

2. Zeitlicher Umfang: ca. 9 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Vorhandene Spiel- und Sportgeräte entdecken und ausprobieren; materielle Erfahrungen sammeln; Gruppenarbeit "Unsere Station": Eigene Spielstationen kreieren und vorstellen (Kleines Spielfest; Stationsblatt erstellen)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele - auch eigenverantwortlich - fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen (BWK).

... kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln - orientiert an Raum, Zeit, SuS sowie am Spielmaterial - selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (BWK).

... einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, ...) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (MK).

... Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Einhalten der Regeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Vorgriff auf das Spiel- und Sportfest (Stationen ausprobieren und / oder gestalten). Anfrage an die Sporthelferinnen und Sporthelfer.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Unterrichtsvorhaben: Holzstab und Gummiring - Ringhockey

- Entwicklung eines Mannschaftsspiels (Torschusspiel)

2. Zeitlicher Umfang: ca. 9 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Entwicklung eines Spielgedankens (z.B. Stab in den Ring stechen und Ring über den Boden schieben); Mannschaftsspiel, Tore sind große liegende Matten, Tor zählt beim Treffen aller Seitenwände (Matten in die Freiwurfbereiche des Basketballfeldes; Üben von Grundtechniken: Passen, stoppen, gezielter Schuss; Unterschiedliche Übungsformen (Gasse, Staffel, ...) als Einzel-, Partner- oder Gruppenübung; Finden und Einhalten der Regeln: Drei Schritte mit Stab im Ring, Vorrecht für den ersten Ringstecher, der andere weicht einen Schritt zurück (s. Kompetenzen)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden (BWK).

... einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z.B. Spielidee, Spielregel, ...) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (MK).

... Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Einhalten der Regeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Rückgriff auf evtl. bekannte Mannschaftsspiele möglich, die zuvor gespielt werden sollten (z.B. Fußball); Hinführung zu den Sport- und Spielenachmittagen (**Jg. 6 Spielenachmittag: Ringhockey**)

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Unterrichtsvorhaben: Laufen, Springen, Werfen vielfältig erfahren

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, f

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: (möglichst spielerische Formen):

Erwärmen vor einer Belastung; Belastungskennzeichen; Übungsformen (Lauf-, Fang- und Abwurfspiele); Steigerungsläufe; Kurzstreckenläufe mit Hoch- und Tiefstart; Mittelstreckenläufe (orientiert am Deutschen Sportabzeichen): Weitsprung (Absprungzone); Mehrfach-, Auf- und Niedersprünge; Werfen aus dem Stand, dem Angehen, mit Anlauf; Wurfauslage; Zielwürfe; Weitwürfe mit verschiedenen Materialien

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden (BWK).

... leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert ausführen (BWK).

... leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (MK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Schnelligkeit, Gewandtheit, Geschicklichkeit in den Lauf-, Fang- und Wurfspielen, Weiten und Schnelligkeiten orientiert am Katalog für das Deutsche Sportabzeichen

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Kenntnisse von Belastungsmerkmalen und über Grundsätze der Erwärmung

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Sportabzeichen durchführen in jedem Jahrgang verpflichtend

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Unterrichtsvorhaben: Üben und trainieren für einen leichtathletischen Wettkampf

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Zirkeltraining mit verschiedenen Schwerpunkten, z.B. Wurf, Sprung bzw. Koordination und Schnelligkeit (Schwerpunkt), Ausdauer;

Techniktraining z.B. an Stationen (Tiefstart, Beschleunigung, Würfe aus dem Stand oder Anlauf, Sprung: Anlauf-, Absprungschulung; Koordinationsübungen, wie z.B. Lauf-ABC; Beweglichkeitsübungen, Dehnen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 10min) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller

Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen (BWK).

... einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen (BWK).

... grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (MK).

... die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken, Schnelligkeit, Gewandtheit, Geschicklichkeit in den Lauf-, Fang- und Wurfspielen, Weiten und Schnelligkeiten orientiert am Katalog für das Deutsche Sportabzeichen

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Kenntnisse von Belastungsmerkmalen und über Grundsätze der Erwärmung, Bewegungsqualität und –effizienz und deren Steigerung

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Sportabzeichen durchführen – Pflicht jeder Jahrgang

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 4

Bewegen im Wasser

1. Unterrichtsvorhaben: Verbessern des Bewegungsgefühls im Wasser

2. Zeitlicher Umfang: ca. 4 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, b

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Sicheres und ausdauerndes Schwimmen; Gleiten mit ruhigem Schwimmzug; Schwimmen in unterschiedlichen Lagen; Verbessern der Technik des Brustschwimmens; Vielfältige Bewegungsformen und Spiele in unterschiedlichen Wassertiefen (z.B. Wasserball, Wasserbasketball, Fangspiele, Balancieren auf Schwimmbrettern)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... 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 (BWK).

... einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten (MK).

... Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Kenntnisse von Sicherheitsregeln im Schwimmbad

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Alle Schwimmereinheiten sind derzeit auf Jahrgang 6 konzentriert aufgrund der nur begrenzt verfügbaren Bewegungszeiten in den städtischen Bädern.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 4

Bewegen im Wasser

1. Unterrichtsvorhaben: Die Erlebniswelt Wasser entdecken und etwas wagen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 4 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: c, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Wasserspringen kopf- und fußwärts; Sprünge aus verschiedenen Höhen, Sprünge mit Drehungen, durch Reifen springen; Balancieren auf Schwimmbrettern, Reifen und Luftmatratzen; Spielformen unter Wasser, kleine Tauchaufgaben lösen, Tunneltauchen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (BWK).

... Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (MK).

... Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Kenntnisse von Sicherheitsregeln im Schwimmbad

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 4

Bewegen im Wasser

1. Unterrichtsvorhaben: Ausgewählte Schwimmtechniken näher kennen lernen und Tauchaufgaben lösen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 6 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: d, f, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Einführung des Kraul- und Rückenschwimmens; Zügiges Tauchen über eine längere Strecke; Erwerb des Schwimmbabzeichens in Bronze oder Silber; Verbessern der individuellen Leistungsfähigkeit (z.B. Schwimmen auf Zeit); Alternative Bewegungsformen im Wasser

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (BWK).

... eine Schwimmtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und einfacher Form der Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau anwenden (BWK).

... Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen und Tauchen (z.B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (MK).

... Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Anwenden der Grundtechniken

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Kenntnisse von Sicherheitsregeln im Schwimmbad

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 4

Bewegen im Wasser

1. Unterrichtsvorhaben: Gestalten im Wasser (Alternativ; Fakultativ)

2. Zeitlicher Umfang: ca. 3 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: b, a, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Synchrones Arbeiten (z.B. eine Gruppenkür erarbeiten; Figurenschwimmen; Handstand im Wasser, Rollen, Drehungen, Schrauben; Wasserspringen (auch synchron); Wassergymnastik

5. Bemerkung.

Zwei Lehrkörper sind als Aufsichtspersonen eingesetzt, um den Sicherheitsansprüchen gerecht zu werden.

Es wird keine Erreichung von Kompetenzen im Bereich der Gestaltung im Wasser vorgegeben.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 5

Bewegen an und mit Geräten - Turnen

1. Unterrichtsvorhaben: Rollen und Drehungen um die Längs- und Querachse

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Rolle vw/rw, Rolle in die Kerze, Doppelrolle, Rad (beidseitig), Radwende; Strecksprung, halbe Drehung und/oder ganze Drehung; Verbindungen dazu: Minitramp mit Sprüngen und Drehungen; Felgaufschwung und -abschwung am Reck; Boden- und Reckkombinationen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (BWK).

... elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten ausführen (BWK).

... Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbinden und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen (BWK).

... Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (MK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Grundtechniken, Gestaltung einer verbindenden Turnübung unter Einhaltung der Sicherheitsaspekte

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, kooperativer Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Das Unterrichtsvorhaben "Akrobatik" ist nun dem Bewegungsfeld und Sportbereich 6 "Gestalten, Tanzen, Darstellen (...)" zugeordnet, wodurch sich im Rahmen der Turnvorhaben eine Erhöhung des zeitlichen Umfangs von 5 auf 8 Std. ergibt.

Aufgrund der sportmotorischen Voraussetzungen sind bestimmte Unterrichtsvorhaben (z.B. Rollen etc.) inklusiv differenziert zu unterrichten!

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 5

Bewegen an und mit Geräten - Turnen

1. Unterrichtsvorhaben: Schwingen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: c, d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Ringe; Taue; Reck; Kletterwand; Springen und Überspringen; Einführung Reutherbrett: beidbeiniger Absprung

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z.B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (BWK).

... Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbinden und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen (BWK).

... Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (MK).

... in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (MK).

... turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z.B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Grundtechniken, Gestaltung einer verbindenden Turnübung unter Einhaltung der Sicherheitsaspekte

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, kooperativer Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Reckanlage ist auf Dauer defekt. Stufenbarren als bedingte Alternative. Das Unterrichtsvorhaben "Akrobatik" ist nun dem Bewegungsfeld und Sportbereich 6 "Gestalten, Tanzen, Darstellen (...)" zugeordnet, wodurch sich im Rahmen der Turnvorhaben eine Erhöhung des zeitlichen Umfangs von 5 auf 8 Std. ergibt.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Tänze als Möglichkeit körperlicher Ausdrucksfähigkeit kennenlernen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: b

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: z.B. Rock´n Roll, Orientalischer Tanz (Bauchtanz), Sirtaki, Foxtrott, Gruppentänze, Breakdance, Jumpstyle

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und PartnerIn) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden (BWK).

... einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren (MK).

... einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Bewegungsqualitäten (Körperspannung, Raumorientierung, Synchronität), Gestaltung einer Partner- oder Gruppenchoreographie,

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Wirkung und Einfluss von Rhythmus und Musik auf die eigene Bewegung entdecken

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Einführung der Bewegungsgrundformen (Gehen, Hüpfen, Laufen, Federn) zu verschiedenen Klangkulissen ausführen (Musik von CD/MP3 verschiedener Richtungen: Heavy Metal, Techno, klassische Musik, instrumentale Entspannungsmusik, etc. Klatschen, Rhythmushölzer, ...)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät z.B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang- oder Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben (BWK).

... mit ungewöhnlichen Materialien (z.B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens auf andere Objekte übertragen (BWK).

... durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen (MK).

... einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren (MK).

... einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Technische Fertigkeit des Übergangs zwischen den Bewegungsgrundformen, Gestaltung einer Partner- oder Gruppenchoreographie

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Akrobatik

2. Zeitlicher Umfang: ca. 12 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Figuren bauen, Menschenpyramiden (Eignung zur Präsentation)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende Elemente der Bewegungskünste allein, mit PartnerInnen (sowie in der Gruppe) ausführen (BWK).

... einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z.B. Synchronität,

Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren (MK).

... einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Technik unter Beachtung der Sicherheitsaspekte, Gestaltung einer Menschenpyramide,

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten

7. Bemerkung: Die Stundenzahlerhöhung von 5 auf 12 dient vor allem der Berücksichtigung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und dem gesundheitsorientierten Ausführen von Bewegungen bei Partner- und Gruppenarbeiten.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: Kleine Spiele - große Spiele

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Kleine Spiele (Völkerball, Brennball, Zombieball, ...); Große Spiele (Fußball, Basketball, Brettball, ...); Spielen mit vereinfachten Regeln und Spielformen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen (BWK).

... sich in Spielsituationen gegenüber MitspielerInnen und GegnerInnen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen (BWK).

... sich in Handlungs- und Spielsituationen taktisch angemessen verhalten (BWK).

... ein Partner- und ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen (BWK).

... spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (MK).

... einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und umsetzen (MK).

... grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen (MK).

... einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden können, sinnvolles taktisches Verhalten

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, mannschaftsdienlich handeln

7. Bemerkung: In den Spielen können die Regeln beliebig erweitert und/oder reduziert werden, um die Möglichkeiten des Spiels zu erhöhen und die Methoden- sowie die Urteilskompetenz zu fördern.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: Grundfertigkeiten großer Sportspiele erschließen und anwenden

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Ringhockey, Kleine Spiele zum Zuspiel, Dribbling, Werfen, Schießen in Gruppen im Sinne der Spielideen durchführen (z.B. Turmball, Zehnerfangen, Wächterfangen, ...); Begleitende Übungsreihen zur Technik

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sich in Spielsituationen gegenüber MitspielerInnen und GegnerInnen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen (BWK).

... sich in Handlungs- und Spielsituationen taktisch angemessen verhalten (BWK).

... ein Partner- und ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen (BWK).

... grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen (MK).

... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden können, sinnvolles taktisches Verhalten

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, mannschaftsdienlich handeln

7. Bemerkung: In den Spielen können die Regeln beliebig erweitert und/oder reduziert werden, um die Möglichkeiten des Spiels zu erhöhen und die Methoden- sowie die Urteilskompetenz zu fördern.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: Tischtennis spielen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Parkour mit verschiedenen Stationen und Bällen aufbauen, gemeinsam in der Gruppe durchlaufen und die Tischtennisplatte einbeziehen; Über Langbänke und gegen die Wand spielen; mit dem Schläger den Ball hochhalten; Zielschießen in kleine Kästen oder Ringe; Rundlaufvariationen und Turnierformen spielen; Aufschlag und Topspinübungen an der Platte, Übungen zu Vor- und Rückhandblocks; Regeln

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... taktisches Verhalten in Handlungs- und Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern (BWK).

... das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern (BWK).

... Darstellungen (z.B. Grafik, Foto, Film) von Spielsituationen umsetzen (MK).

... Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen (MK).

... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische Fertigkeiten anwenden können

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Tischtennisschläger sind von den SuS anzuschaffen.

Teilnahme an TT-Turnier (Milchcup, Landessportfest der Schulen) wünschenswert.

Besondere Aufmerksamkeit ist auf den pfleglichen Umgang mit den sensiblen Materialien zu lenken (Platten, Schlägergriffe und –beläge sowie Netze):

Koordinierter Auf- und Abbau.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 8

Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport

1. Unterrichtsvorhaben: Waveboard und Skateboard fahren

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Stunden

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: c, d, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Mit dem Waveboard oder Skateboard erste Fahrübungen in Partnerarbeit ausführen; erste Fahrten ohne Hilfe im freien Raum bewältigen, dann mit Pylonen einem Slalomparkour folgen; Staffelläufe; ausdauernd fahren; nach Anschub ausrollen lassen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sich mit einem Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen (BWK).

... Bewegungsabläufe beim Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen (BWK).

... grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten (MK).

... Gefahrenmomente beim Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden, Regeln und Vereinbarungen benennen können

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Sicherheitsaspekte beachten

7. Bemerkung: Aufgrund fehlenden Equipments kann die Unterrichtsreihe derzeit nicht durchgeführt werden. Die Schule bietet in Jahrgang 9 und darüber liegenden Stufen eine fünftägige Skifahrt an, bei der die 12 geforderten Kompetenzen für diesen Sportbereich erreicht werden können. Da jedoch nicht jede/r SuS an der Fahrt teilnehmen kann, einigt sich die FK auf jene Sportarten, die in der Halle durchgeführt werden und zwar zunächst auf die Jahrgangsstufen 5/6

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 9

Ringen und Kämpfen

1. Unterrichtsvorhaben: Das Zweikämpfen spielerisch erfahren und im Zweikampf Stärke erfahren

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Vertrauens- und Kooperationsspiele mit gegenseitigem Körperkontakt; Zieh- und Schiebewettkämpfe; Kämpfen mit Schwimnudeln; Armdrücken in der Bauchlage; Kampf um den Medizinball; Kampf um den Stand; Schatzwächter; Gefangeneninsel; Entspannung

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von PartnerIn oder GegnerIn einstellen (BWK).

... durch kooperatives Verhalten der PartnerIn beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen (MK).

... einfache Wettkampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden, Regeln und Vereinbarungen benennen können

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Sicherheitsaspekte beachten

7. Bemerkung: Die Erhöhung der Stundenzahl von 5 auf 8 dient dem wiederholten Besprechen und Anwenden und der Sicherheitsbestimmungen.

Jahrgangsstufen 5 und 6

Bewegungsfeld und Sportbereich 9

Ringen und Kämpfen

1. Unterrichtsvorhaben: Erproben und Entwickeln von Fairness und Regelbewusstsein in Kampf betonten Übungs- und Spielformen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 5 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Kampfspiele auf begrenztem Raum; Kampf um den Raum (PartnerIn wegdrücken, Hahnenkampf, PartnerIn über die Linie ziehen/heben); Sumoringen; Regeln vereinbaren und einhalten (Signale wahrnehmen); Rituale einführen; Ruhephasen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 6 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und den/die PartnerIn übernehmen (BWK).

... grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (MK).

... die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen (UK).

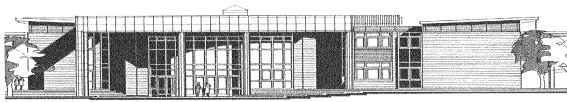
6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden, Regeln und Vereinbarungen benennen können,

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Sicherheitsaspekte beachten

7. Bemerkung: Die kampfbetonten Übungsformen folgen dem Unterrichtsvorhaben "Zweikämpfe spielerisch erfahren", falls keine Sicherheitsregeln besprochen und entwickelt werden.



Käthe-Kollwitz-Gesamtschule Grevenbroich

Schulinterner Lehrplan Sport Jahrgänge 7/8

Beschreibung der Kompetenzerwartungen (Lernergebnisse) am
Ende der Jahrgangsstufe 8

Stand September 2026

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen

1. Unterrichtsvorhaben: Aufbau des Bewegungsparcours unter Beachtung von Sicherheitsmaßnahmen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 6 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: c

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Möglichkeiten unterschiedlicher Parcours kennen lernen und Gefahrenpunkte erkennen und beachten lernen

In der Partnerarbeit seine Ängste überwinden lernen und dem Partner vertrauen

Eigene Parcours in der Kleingruppe selbstständig entwickeln und entsprechend den Sicherheitsmaßnahmen aufbauen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sich selbstständig funktional - allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch - aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern (BWK).

... grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben (MK).

... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Teamorientiertes Entwickeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte

7. Bemerkung:

Die SuS sollen Gefahrenpunkte erkennen lernen und Maßnahmen zur Sicherung erfahren. Sie sollen lernen selbstständig entwickelte Parcours verantwortungsvoll aufzubauen (Kompetenzunabhängiges Ziel dient der Sicherheit).

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen

1. Unterrichtsvorhaben: Erarbeitung einer Gruppenkür im Turnen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Erarbeitung einer Gruppenkür, Schwerpunkte: synchron arbeiten, Raumaufteilung und Gestaltung

Berücksichtigung der Partnerleistung

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung

weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen (BWK).

... eine komplexe Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben (BWK).

... Elemente eines Aufwärmprozesses (z.B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (MK).

... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Teamorientiertes Entwickeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte

7. Bemerkung:

Die SuS sollen lernen miteinander zu kooperieren, sich bzgl. ihrer Fähigkeiten zu verständigen und entsprechend zu berücksichtigen.

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Unterrichtsvorhaben: Altes Spiel - Neues Spiel

Beliebte Spiele wiederholen und gezielt verändern

Spiele als offene Systeme

2. Zeitlicher Umfang: ca. 9 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Völkerball / Matten- oder Gerätevölkerball; Ball unter der Schnur (mit vielen Bällen; Großfeld oder Kleinfeld); Lauf- und Fangspiele, die die Kinder kennen vorstellen lassen und wiederholen (anschl. Reflexion und ggf. Regeländerungen); nach Regeländerungen sind dann vielleicht "neue Spiele" entstanden

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (BWK).

... ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregeln, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (MK).

... Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkten, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Fähigkeiten entwickeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Hier kann ein gezielter und reflektierter Rückgriff auf bekannte Spiel- und Regelstrukturen erfolgen. Die SuS sollten hier Grundgedanken des Spielens (Fairplay, Spannung, Aufgabenteilung) erfassen und gestalten können.

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Unterrichtsvorhaben: Frisbee - neues Gerät, alles neu?

Frisbee als Spielgerät bei bekannten Spielen

Grundtechniken erlernen; Ultimate Frisbee

2. Zeitlicher Umfang: ca. 9 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Handball mit der Frisbeescheibe, Völkerball mit der Schaumstofffrisbeescheibe, Brennball mit der Frisbeescheibe - geht das (ausprobieren)?; Grundtechniken des Frisbeewerfens erlernen (Vor- und Rückhand; beidhändiges Fangen; Passen in den Lauf, etc.); Grobform von Ultimate einführen; Wdh. von bekannten Übungs- und Organisationsformen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (BWK).

... Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkten, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Fähigkeiten entwickeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Hier kann auch - wie in Jg. 7, ein gezielter und reflektierter Rückgriff auf bekannte Spiel- und Regelstrukturen erfolgen. Abschließend sollte aber auch die Grobform von Ultimate Frisbee im Mittelpunkt stehen

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Unterrichtsvorhaben: Leistungs- und Wettkampfsituationen erfahren und gestalten

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: d, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Leitungen absolut ermitteln (Höhe, Weite, Dauer)

Leistungen relativ ermitteln (z.B. Hochsprung im Verhältnis zu Größe/Gewicht, Wurf und Stoß mit rechts und links, Handicapläufe

Entwicklung eigener Wettkampfformen in Einzel-, Partner- und Gruppendisziplinen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung und Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Auswärmen nutzen (BWK).

... leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell und teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (BWK).

... einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren (BWK).

... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren (MK).

... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Motorische Umsetzung

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Reflexionsfähigkeit

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte, Organisationsfähigkeit

7. Bemerkung:

Sportabzeichen durchführen (Jg.7 am Tag des Spiel- und Sportabzeichenfestes)

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Unterrichtsvorhaben: Wir lernen ausgewählte leichtathletische Disziplinen näher kennen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Vom rhythmischen Laufen zum Hürdenlaufen (optische und akustische Orientierungshilfen)

Werfen und Stoßen mit verschiedenen Materialien aus dem Stand, mit Angehschritten und Anlauf

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 min) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben (BWK).

... unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren (MK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Motorische Umsetzung, Steigerung der Bewegungsqualität und -effizienz

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Reflexionsfähigkeit, Kenntnis von Technikmerkmalen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte, Organisationsfähigkeit

7. Bemerkung:

Sportabzeichen durchführen

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 5

Bewegen an und mit Geräten - Turnen

1. Unterrichtsvorhaben: Raum - zeitliche Bewegungsgestaltungen in Partner- und Gruppenarbeit 1

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Synchronturnen; zyklisches Turnen; Turnen im Fluss; Schattenturnen; Helfen und Sichern; Rhythmisieren (Musik - Rhythmusinstrumente)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... gemeinsam (z.B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren (BWK).

... grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden (MK).

... Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Grundtechniken, Gestaltung einer synchronen Turnübung unter Einhaltung der Sicherheitsaspekte

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Rhythmusumsetzung

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, kooperativer Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Alle Voraussetzungen der Sicherheitsgewährleistung erfüllt (z.B. Lehrschein für Trampolin, ...)?

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 5

Bewegen an und mit Geräten - Turnen

1. Unterrichtsvorhaben: Partner- und Gruppenübungen 2

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: b

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Gruppenübungen (Gestaltungen räumlich / zeitlich); Bewegungslandschaften erweitern; Helfen und Sichern 2; Turnen an und mit "Nichtturngeräten"; Rhythmisierung 2; Boden und Reckkombinationen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren (BWK).

... den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen (MK).

... grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden (MK).

... Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Grundtechniken, Gestaltung einer synchronen Turnübung unter Einhaltung der Sicherheitsaspekte

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Rhythmusumsetzung

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, kooperativer Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Alle Voraussetzungen der Sicherheitsgewährleistung erfüllt (z.B. Lehrschein für Trampolin, ...)?

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Experimentieren mit Gegenständen des alltäglichen Gebrauchs und standardisierten Handgeräten

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Gegenstände aus dem Alltag (Joghurtbecher, Handtücher, Teppichfliesen) zum Experimentieren mit der Bewegung verwenden; Klassischer Handgeräteeinsatz (Seil=Rope skipping, Band, Ball) kennen lernen; Diabolo und Jonglagegeräte (Tücher, Keulen, Tennisbälle) ausprobieren

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... Objekte und Materialien für das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren (BWK).

... Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen (BWK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Bewegungsqualitäten (Körperspannung, Raumorientierung, Synchronität) mit einem Handgerät der eigenen Wahl nach bekannten Kriterien (u.a. Raum- und Tempovariationen)

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten, Mitbringen von Alltagsgegenständen

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Kennen lernen des Aerobics als tänzerisches (Konditions-) Ausdauertraining in der Gruppe

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, f/a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Aerobic-Schritte einführen; Anforderungen an die Musik (32-Bögen besprechen); Kriterien erklären; Variationen (Step-Aerobic, Ring-Aerobic) durchführen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen (BWK).

... ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung, Synchronität) in Bewegungsgestaltungen - auch in der Gruppe - anwenden, variieren und präsentieren (BWK).

... sich mit PartnerInnen absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren (MK).

... die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen und Vollständigkeit der Bewegungsqualitäten (Körperspannung, Raumorientierung, Synchronität) im Rahmen einer Gruppenchoreographie, Arbeitseinsatz

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten, Mitbringen von Alltagsgegenständen

7. Bemerkung:

Informationen bei HAE, LOR

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: Am Beispiel der Ballsportart Fußball Regelstrukturen erkennen und gestalten

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Grunderfahrungen des Mit- und Gegeneinanders in vorbereitenden Spielen: Tigerball mit dem Fuß, Nummernpassen, ...; Begleitende Übungen zum Passspiel, Dribbling und Stoppen

Miteinander spielen: Abschuss- und Torschussspiele die durch Passauflagen oder Hindernisse Kooperation erzwingen (z.B. zwei Mannschaften auf einem Feld, die jeweils eigene Ziele abschießen)

Gegeneinander spielen: Vereinfachte Formen auf kleinem Feld

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen (BWK).

... das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen (BWK).

... grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regeländerungen erläutern (MK).

... verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische Fertigkeiten anwenden können, sinnvolles taktisches Verhalten

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, mannschaftsdienlich handeln

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: Am Beispiel der Mannschaftssportart Unihockey
Regelstrukturen erkennen und gestalten

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: d, e

4. Mögliche Unterrichtsinhalte:

Grunderfahrungen des Mit- und Gegeneinanders in vorbereitenden Spielen: Tigerball mit dem Schläger, Nummernpassen, ...; Begleitende Übungen zum Passspiel, Dribbling und Stoppen

Miteinander spielen: Abschuss- und Torschussspiele die durch Passauflagen oder Hindernisse Kooperation erzwingen (z.B. zwei Mannschaften auf einem Feld, die jeweils eigene Ziele abschießen)

Gegeneinander spielen: Vereinfachte Formen auf kleinem Feld

Verschiedene Kleinfelder für das Spiel 1:1, 2:2 usw.; Wettkampfspiele, Turniere mit Auf- und Abstieg, Rangliste

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen (BWK).

... sich komplexen Handlungs- und Spielsituationen taktisch angemessen verhalten (BWK).

... Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen (MK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische Fertigkeiten anwenden können, sinnvolles taktisches Verhalten, Ranglistenstellung

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, mannschaftsdienlich handeln

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 9

Ringen und Kämpfen

1. Unterrichtsvorhaben: Kämpfen nach Regeln - Zweikämpfe in der Bodenlage

2. Zeitlicher Umfang: ca. 5 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: PartnerIn in verschiedenen Positionen in Bodenlage festhalten; Sich ohne Gefährdung des Gegners/der Gegnerin aus einer Bodenposition befreien; Versuchen PartnerIn aus verschiedenen Ausgangssituationen in die Rückenlage zu drehen (Schildkröte); Sitzringkampf (gegenseitiges Erzwingen der Bauchlage); Regeln für alle Zweikampfformen vereinbaren und einhalten (PartnerIn-Signale wahrnehmen); Sumoringen; ein Bodenkampfturnier planen und durchführen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z.B. bei grundlegenden Wurf-, Fall- und Bodenkampftechniken) von PartnerIn oder GegnerIn einstellen (BWK).

... grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (MK).

... durch kooperatives Verhalten von PartnerIn beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen (MK).

... komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden, Regeln und Vereinbarungen benennen können,

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Sicherheitsaspekte beachten

7. Bemerkung:

Der Grundgedanke liegt darin, einen Zweikampf fair und kooperativ zu gestalten

Jahrgangsstufen 7 und 8

Bewegungsfeld und Sportbereich 9

Ringen und Kämpfen

1. Unterrichtsvorhaben: Würfe wagen und verantworten

2. Zeitlicher Umfang: ca. 5 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: c, e, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Fallen lernen und üben; Fallen aus verschiedenen Fallhöhen (z.B. Fallen seitwärts von der Langbank); Umstoßen aus der Hocke; Reiterkämpfe in Bankstellung mit Abwerfen; ggf. Einführung normierter Falltechniken vorwärts aus dem Judo

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 8 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen (BWK).

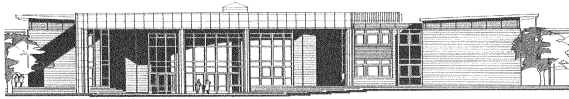
6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische und koordinative Fertigkeiten anwenden, Regeln und Vereinbarungen benennen können,

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Sicherheitsaspekte beachten

7. Bemerkung:



Käthe-Kollwitz-Gesamtschule Grevenbroich

Schulinterner Lehrplan Sport Jahrgänge 9/10

Beschreibung der Kompetenzerwartungen (Lernergebnisse) am
Ende der Jahrgangsstufe 10

Stand September 2026

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen

1. Unterrichtsvorhaben: Fitness

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: f

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Kennenlernen unterschiedlicher Fitnessübungen; Auswirkungen auf den Organismus (Herz-Kreislauf, Pulsfrequenz, ...); Funktion des Schwitzens (Fächer übergreifend: Biologie)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sich selbstständig funktional - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (BWK).

... unterschiedliche Entspannungstechniken (z.B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben (BWK).

... grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u.a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (MK).

... ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Leistungsbereitschaft, ggf. Berichte aus dem Biologieunterricht

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte

7. Bemerkung:

Es soll ein Gesundheitsbewusstsein vermittelt werden, der Doppelauftrag des Sportunterrichts kommt hier im Besonderen zu Geltung. Bezug zum EGE-Fach Sport und Bewegung.

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen

1. Unterrichtsvorhaben: Laufausdauer trainieren

2. Zeitlicher Umfang: ca. 4-6 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: d, (f)

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Laufausdauer durch unterschiedliche Trainingsprogramme trainieren: a.) mit PartnerIn b.) Intervalltraining c.) kontinuierliche Steigerung

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen (BWK).

... ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (MK).

... gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Leistungsbereitschaft

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte

7. Bemerkung:

Es soll ein Bewegungsbewusstsein vermittelt werden, der Doppelauftrag des Sportunterrichts kommt hier im Besonderen zu Geltung.

Erkennen der eigenen Leistungsfähigkeit voranbringen. Wünschenswert Teilnahme am Citylauf. Dt. Sportabzeichen soll jährlich durchgeführt werden.

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 2

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Unterrichtsvorhaben: Spiele aus anderen Ländern – Schwerpunkt: Ultimate-Frisbee

2. Zeitlicher Umfang: ca. 9 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: USA: Baseball (AG-Bereich) von SuS vorstellen lassen (Grundidee Brennball); USA: Ultimate Frisbee, Boule/Petanque/Parcours; Die SuS können hier selbstständig recherchieren und in Gruppen die Sportarten vorstellen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... komplexere spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden (BWK).

... im unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (BWK).

... Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (BWK).

... komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (MK).

... Spiele - auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport - hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen (UK).

... Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Fähigkeiten entwickeln

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung: Jg. 10 Ultimate-Frisbee als Sportart beim Sportspielesachmittag

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Unterrichtsvorhaben: Auf, von und über etwas springen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: a, c

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Springen auf, von und über verschiedene Geräte (Sprungparcours, Gerätearrangements), Sprünge am Seil, Hinführung zum Stabhochsprung; Zwei-, Einbeinsprünge; Gezielt höher springen (Bewegungsaufgaben, Kennen lernen des Schersprungs, Wälzers, Flop); Hochsprungwettbewerbe (z.B. Kombination verschiedener Techniken, Rechts- und Linkssprünge, Partner- und Teamwettbewerb)

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveaun ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (BWK).

... eine neue erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (BWK).

... selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch erfassen) (MK).

... die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Motorische Umsetzung

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Reflexionsfähigkeit

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte, Organisationsfähigkeit

7. Bemerkung:

Sportabzeichen durchführen

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Unterrichtsvorhaben: Vielfältige Bewegungsformen des Werfen, Stoßens und Laufens

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: f, d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Werfen und Stoßen mit unterschiedlichen Materialien und Techniken, Laufen und Werfen mit verschiedenen Zielsetzungen, z.B. Leistungsoptimierung; Zweckmäßige Kleidung und Ernährung; Laufen auf unterschiedlichen Untergründen, bei verschiedener Witterung; Laufen in verschiedenen und wechselnden Geschwindigkeiten (Traben bis Sprint); Fahrtspiel im Gelände; Tempowechselläufe in der Ebene; Dauerläufe, intensive und extensive Intervallläufe, Wiederholungsmethode (Sprint);

Laufen in Kombination mit Zusatzaufgaben (z.B. mit koordinativem oder kraftbezogenem Schwerpunkt: Biathlon, Trimm-Trab-Parcours, Orientierungsläufe; Pulsfrequenz-Schätzläufe, Zeit-Schätzläufe; Für, mit, gegen sich und andere laufen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... sicherheitsrelevante Aspekte beim Stoßen/ Werfen einhalten

... die Grobform des Werfens und Stoßens ausführen

... beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 min) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.

... einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (z.B. Citylauf, Mehrkampf, Biathlon, Triathlon, Orientierungslauf, Spielfest) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen.

... selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen (MK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Motorische Umsetzung

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Reflexionsfähigkeit

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln und der besonderen Sicherheitsaspekte, Organisationsfähigkeit

7. Bemerkung: Sportabzeichen durchführen

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 5

Bewegen an und mit Geräten - Turnen

1. Unterrichtsvorhaben: Leistung im Turnen - normiertes Turnen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: d

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Felgaufschwung am Reck (Gerätehilfe/Hilfestellung); Felgumschwung am Reck; Felgaufschwung aus dem Langhang (Kraft); Korrekturen (auch durch SuS); Kasten/Bock: Sprünge; Minitrampolin, Bewegungssehen/Bewegungsanalyse; Turnen an verschiedenen Geräten: Zirkeltraining; Bezug zu Gesundheit herstellen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden normgebunden ausführen und verbinden (BWK).

... eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (BWK).

... zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (MK).

...die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern-, Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Grundtechniken, Gestaltung einer synchronen Turnübung unter Einhaltung der Sicherheitsaspekte

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Rhythmusumsetzung

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, kooperativer Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Möglichkeiten der Inklusion beachten! Derzeit sind die materiellen Voraussetzungen / Geräteausstattung nicht gegeben. Alle Voraussetzungen der Sicherheitsbestimmungen müssen erfüllt sein (z.B. Lehrschein für Trampolin, ...)

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 5

Bewegen an und mit Geräten - Turnen

1. Unterrichtsvorhaben: Turnen und Gesundheit

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: f

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Aufwärmen; Besondere Belastungen beim Turnen; Gefahren und Risiken/Verletzungen; Methoden des Krafttrainings (exemplarisch); Beweglichkeit; Ausdauer und Schnelligkeit (konditionelle Grundlagen der Bewegung und ihre Beziehung zur Gesundheit; Einführung von sporttheoretischen Überlegungen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (BWK).

... in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen (MK).

... Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Grundtechniken, Gestaltung einer synchronen Turnübung unter Einhaltung der Sicherheitsaspekte

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen, Rhythmusumsetzung

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, kooperativer Auf- und Abbau, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Alle Voraussetzungen der Sicherheitsgewährleistung erfüllt (z.B. Lehrschein für Trampolin, ...)?

Wettkämpfe entwickeln

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Ein Fitnessprogramm erstellen - Schwerpunkt: Funktionelle Gymnastik

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: f

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Kennen lernen der verschiedenen Muskelgruppen und ihrer speziellen Arbeitsmöglichkeit (z.B. Haltemuskeln); Konditionselement "Kraft" (statisch, dynamisch) kennen lernen; Krafttraining im funktionellen Gymnastikbereich mit Aufwärmteil z.B. Aerobic, Jg.8) durchführen; Gerätehilfe mit einbeziehen (z.B. Circuit); Aspekt Stretching einführen

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen - auch in der Gruppe - auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren (BWK).

... ausgehend von vorgegeben Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigene Kompositionen entwickeln, umsetzen und präsentieren (BWK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Korrektes Ausführen der Bewegungsqualitäten (Körperspannung, ...), Kraftcircuit (Kraftausdauer) durchführen und in PartnerInnenarbeit quantitativ Punkte notieren, Kriterien unfunktioneller und funktioneller Gymnastik benennen können und typische Übungen zuordnen und richtig ausführen können

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten

7. Bemerkung:

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 6

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Unterrichtsvorhaben: Erarbeiten einer Gruppenpräsentation, z.B. Bewegungstheater oder Step-Choreographie

2. Zeitlicher Umfang: ca. 8 Std.

3. Akzentuiertes Inhaltsfeld: f

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Komposition: turnerische und gymnastische Elemente in der Gruppe, +- Instrumentalmusik durchführen; Improvisation zu verschiedenen Themenfeldern durchführen ("Arme-Schultergürtel", "Becken-Beine", Geräte (Band, Ball, Seil) +-Musik; Improvisation: eine Geschichte erzählen, dazu entsprechende Musik laufen lassen, anschließend sollen die SuS die Geschichte in Bewegung und Pantomime umsetzen; Bewegungstheater / Pantomime in der Gruppe zu einem selbst gewählten Thema präsentieren

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (BWK).

... Objekte und Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren (BWK).

... ihr ästhetisch-gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (Hobbys, ...) für eine Präsentation (auch Schulaufführung) nutzen (MK).

...bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Originalität und Bewegungsqualität bei der Durchführung der Aufgaben (speziell die Präsentation des Bewegungstheaters), Kriterien unfunktioneller und funktioneller Gymnastik benennen können und typische Übungen zuordnen und richtig ausführen können

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Kriterien zur Bewertung von Präsentationen beachten

7. Bemerkung:

Die SuS sollen Freude bei der Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper zum Zwecke der intentionalen Darstellung haben.

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: "Ich mache den Punkt" - Die Leistungsfähigkeit des Einzelnen als Grundlage für das Mannschaftsspiel am Beispiel Basketball

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: d, f

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Handlungsmöglichkeiten ausbilden: Korbwurf, dribbeln, passen, fangen, fintieren; 1:1 evtl. passive/r GegnerIn, 2:1

Konditionelle Grundlagen: Fitness, Kondition und konditionelle Grundlagen; Gesundheit und Fitness, eigene körperliche Befindlichkeit

Taktische Handlungsmöglichkeiten: Angriffsmöglichkeiten im Spiel 2:2, u.a. "give and go", Grundlagen der Mannverteidigung

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben (BWK).

... die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern sowie sich aktiv für faire Spielprozesse einsetzen (BWK).

... das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern (BWK).

... Darstellungen (z.B. Grafik, Foto, Film) von Spielsituationen umsetzen (MK).

... Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen (MK).

... die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische Fertigkeiten anwenden können, sinnvolles taktisches Verhalten

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln

7. Bemerkung:

Basketball als Sportart in Jg. 9 beim Sportspielenachmittag

Jahrgangsstufen 9 und 10

Bewegungsfeld und Sportbereich 7

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

1. Unterrichtsvorhaben: Volleyball spielen

2. Zeitlicher Umfang: ca. 10 Std.

3. Akzentuierte Inhaltsfelder: e, a

4. Mögliche Unterrichtsinhalte: Vom Ballgefühl zur Ballkontrolle: Spielformen des Miteinanders, Umgang mit dem Ball in der Kleingruppe; Spielformen des Gegeneinanders; Regeln; Analyse des Aufschlags, des Pritschens und des Baggerns; Position des/der Spieler/s/in im Spielfeld.

Spielbeobachtung und Beurteilung: Spielebeobachtung anhand vorgegebener Beobachtungskriterien; Feststellen von individuellen Stärken und Schwächen im technischen, taktischen und konditionellen Bereich

Gestaltung von Übungsprozessen: Entwicklung von Übungsformen zur Behebung einiger festgestellten Schwächen; Erprobung von Möglichkeiten zur Messung des Trainingserfolges; Turnierspiele vom 3 gegen 3 zum 6 gegen 6

5. Am Ende der Jahrgangsstufe 10 erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern: Die Schülerinnen und Schüler können...

... taktisches Verhalten in Handlungs- und Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern (BWK).

... das ausgewählte Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern (BWK).

... Darstellungen (z.B. Grafik, Foto, Film) von Spielsituationen umsetzen (MK).

... Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen (MK).

... die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen (UK).

6. Grundlagen der Leistungsbewertung:

Leistungsorientiert: Grundlegende technische Fertigkeiten anwenden können: Pritschen, Baggern, Aufschlag, Blocken; im Team: Ball dreimal im Spiel halten: Angriffsaufbau

Differenziert: Individuelle Leistungssteigerung, individuelle Maßstäbe, Durchhaltevermögen

Sozialverhalten: Zuhören, nach Aufforderung handeln, Einhalten der Regeln, Auf- und Abbau des Volleyballnetzes

7. Bemerkung: Unterrichtshilfen und Inhalte u.a. unter www.wvv-volleyball.de/schulsport