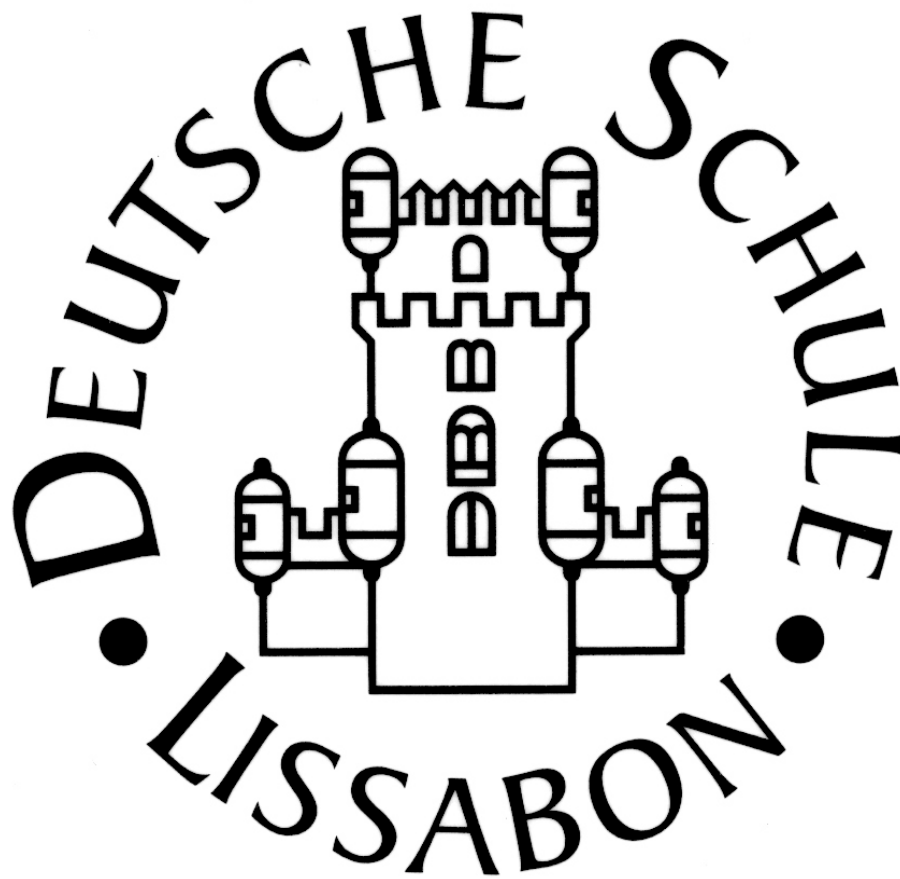


# Schulcurriculum

## Fachschaft Sport



Verabschiedet am: 28.04.2010

## Schulcurriculum des Fachs Sport

Unsere Schule ist ein Lern- und Erfahrungsraum. Sie fördert ganzheitliches Lernen, erzieht zu Toleranz und Solidarität und stärkt die Individualität der Kinder und Jugendlichen.

Der Sportunterricht leistet hierbei im Rahmen seines pädagogischen Auftrags einen spezifischen und nicht austauschbaren Beitrag zur individuellen, motorisch-sportlichen und sozialen Entwicklung der Schüler.

Sportunterricht wirkt dem zunehmenden Bewegungsmangel entgegen und fördert die Entwicklung der motorisch-sportlichen Leistungsfähigkeit. Die Bewältigung von bewegungs-, spiel- und sportbezogenen Lebenssituationen trägt zu Gesundheit und Wohlbefinden bei und regt durch die Verbesserung des Bewegungsgefühls, den Erwerb individueller Ausdrucksgestaltung sowie durch die Vermittlung von Erfolgserlebnissen zu lebenslangem Sporttreiben an.

Ziel des Sportunterrichts ist die Entwicklung und Verbesserung der Handlungsfähigkeit, d. h. Schüler<sup>1</sup> in die Lage zu versetzen, aus der Vielfalt sportlicher Angebote individuell angemessene Formen auszuwählen und in der Freizeit auszuüben.

Ziel ist es, alle Schüler zur Mitwirkung an den gemeinsamen Aufgaben in Schule, Beruf und Gesellschaft zu befähigen. Hierzu werden Kompetenzen ausgebildet, wobei die Entwicklung von Lernkompetenz im Mittelpunkt steht.

Kompetenzen werden in der tätigen Auseinandersetzung mit fachlichen und fächerübergreifenden Inhalten des Unterrichts - im Sinne von Kompetenzen für lebenslanges Lernen - erworben. Sie schließen stets die Ebene des Wissens, Wollens und Könnens ein. Die Kompetenzen bedingen einander, durchdringen und ergänzen sich gegenseitig und stehen in keinem hierarchischen Verhältnis zueinander. Ihr Entwicklungsstand und ihr Zusammenspiel bestimmen die Lernkompetenz des Schülers.

Die Kompetenzen haben Zielstatus und beschreiben den Charakter des Lernens.

Die Schüler erweitern ihre *Sachkompetenz*, indem sie

- an Bewegung, Spiel und Sport gebundene motorische Erfahrungen und Erlebnisse vertiefen,

---

<sup>1</sup> Personenbezeichnungen im Schulcurriculum gelten für beide Geschlechter.

- mehr über ihren Körper und das Sich-Bewegen erfahren, so dass sie ihre Möglichkeiten und Grenzen erweitern und realistisch werten,
- die gesundheitsfördernde Wirkung regelmäßigen Sporttreibens erfahren und Reaktionen ihres Körpers im Hinblick auf ihre Befindlichkeit in Beanspruchungs- und Belastungssituationen einschätzen lernen,
- ihre körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten, ihr sportliches Können verbessern und sich das dazu notwendige Wissen und Verhalten überdauernd aneignen,
- sportspezifische Theoriekenntnisse erwerben, anwenden und bewerten lernen,
- Regeln kennenlernen, akzeptieren und anwenden,
- sportartübergreifende Zusammenhänge des Sports und seine Wandlungerscheinungen einschätzen und kritisch reflektieren können.

Schüler entwickeln ihre *Selbstkompetenz*, indem sie

- ihre individuelle Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit verbessern und lernen ihr Selbstwertgefühl zu stabilisieren,
- ihre eigenen Leistungen und ihren individuellen Lernfortschritt besser einschätzen und bewerten können,
- lernen mit Sieg und Niederlage umzugehen,
- im Leistungsvergleich mit anderen Akzeptanz und Toleranz praktizieren,
- Bewegung als Ausdrucks- und Gestaltungsmittel einsetzen können.

Schüler vervollkommen ihre *Sozialkompetenz*, indem sie

- situationsangemessene Formen des Mit- und Gegeneinanders (z. B. Regelabsprachen und deren Einhaltung) akzeptieren und ausüben lernen,
- kooperativ handeln, anderen helfen und Hilfen annehmen,
- miteinander üben, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen,
- soziale Verhaltensweisen im Sport (z. B. Fair Play) erkennen und sich aneignen.

Die Schüler bauen ihre *Methodenkompetenz* aus, indem sie

- selbstständig einzelne Teile des Unterrichts (z. B. Aufwärmen) gestalten können,

- geeignete Verfahren und Methoden zur Verbesserung bzw. Erhaltung ihrer körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten situationsgerecht anwenden können,
- durch Selbst- und Fremdbeobachtung lernen, Fehler in der Bewegungsausführung und der Belastungsgestaltung zu erkennen und zu vermeiden,
- die Bedeutung des Sporttreibens für ihre eigene Persönlichkeit und ihre Gesundheit erkennen.

Im Rahmen des Gesamtkonzeptes pädagogischen Handelns bilden die folgenden Aspekte wesentliche Orientierungen für die Unterrichtsgestaltung:

- Anknüpfung an die individuellen Besonderheiten, die geistigen, sozialen und körperlichen Voraussetzungen der Schüler,
- Gestaltung eines lebensverbundenen Unterrichts, insbesondere
  - Anknüpfung an die Erfahrungswelt der Schüler
  - Anschaulichkeit und Fasslichkeit
  - Einbeziehen vielfältiger, ausgewogen eingesetzter Schülertätigkeiten
- individuelles und gemeinsames Lernen in verschiedenen Arbeits- und Sozialformen,
- Berücksichtigung des norm- und situationsgerechten Umgangs mit der deutschen Sprache,
- Schaffen von Anlässen und Gelegenheiten zu interkulturellem Lernen,
- Gestaltung eines Unterrichts, der die Interessen und Neigungen von Mädchen und Jungen in gleichem Maße anspricht und fördert.

Aus der folgenden Übersicht ist entnehmen, wie die Inhalte und Themen in den einzelnen Disziplinen auf die verschiedenen Schuljahre verteilt werden sollen. Zusätzlich zu den verbindlichen Inhalten steht jedem Lehrer noch ein individueller Bereich zur Verfügung, in dem er einzelne Themen noch vertiefen kann, aber vor allem alternative Angebote in den Unterricht integrieren kann.

**Klasse 5:**

Disziplin	U-Std	Thema/ Inhalt
Leichtathletik	12	Sprint: bis 50m verschiedene Staffelformen Tiefstart Ausdauer: Hinführung zum gleichmäßigen Laufen Werfen: Zielwurf mit verschiedenen Wurfgeräten aus dem Stand, Angehen, Anlaufen Springen: in Höhe und Weite beid- und einbeinige Sprünge
Turnen	10	Reck: Schwingen, Hangeln und Balancieren, Felgaufschwung Ringe: Schwingen, Schwungverstärkung (mit halber Drehung rein/raus) Boden: Rolle (vw. und rw.), Handstand, statische Elemente (z.B. Standwaage) Sprung: Aufhocken, Überhocken (quer) Minitrampolin: Strecksprünge, Hocke, Grätsche
Handball/ Basketball	12	Ballgewöhnungsübung und kleine Spiele Einführung Dribbling, Passen und Fangen (mit verschiedenen Bällen: BB, HB und andere). Empfohlene Spielformen: Königsball, Brettball, Mattenball und Parteiball

Fußball	8	Allgemeine Ballgewöhnung und Koordinationsschulung Regelkunde Orientierung im Raum Erlernen der Grundtechniken des Dribblings und des Torschusses Staffelspiele (besonders fußballspezifisch), Torschussspiele Spiel- und Wettkampfformen (1:1 bis 4:4)
Rückschlagspiele: Tischtennis	4	Regelkunde (Einzel), Schlägerhaltung bei Vor- und Rückhandschlag, Ziel ist das miteinander Spielen
Schwimmen	6	Ausdauerschwimmen (15-20 Min.), incl. einfacher Wendetechnik Tieftauchen nach Objekten (mit und ohne Sprung vom Beckenrand) Schnelles Schwimmen in einer Schwimmtechnik Spiele im Wasser (Ball-, Jagd-, Staffelspiele)
Individueller Bereich	12	Dieser kann zur Vertiefung und Festigung der einzelnen oben aufgeführten Sportarten benutzt werden. Außerdem besteht hier die Möglichkeit Sportarten einzubinden, die im Curriculum nicht berücksichtigt sind.
	64	

Zusätzlich soll darauf geachtet werden, dass einige Elemente zur Rhythmusschulung (eventl. mit Musik) über das Jahr verteilt eingebaut werden

**Klasse 6:**

Disziplin	U-Std	Thema/ Inhalt
Leichtathletik	12	Sprint: 50 bis 75 m Ausdauer: gleichmäßiges Laufen (8 min) Werfen: Verbesserung der Wurftechnik Weitwurf aus dem 3-Schritt-Anlauf Hochsprung: Schersprung mit bogenförmigem Anlauf Weitsprung: Schrittweitsprung
Turnen	8	Reck: Felgunterschwing, Felgumschwung Ringe: Schwungverstärkung und ganze Drehung rein/raus Boden: Handstand abrollen, Rad, Radwende Sprung: Hocke quer (Vertiefung aus Klasse 5) Minitrampolin: Bücke, halbe Drehung, ganze Drehung
Handball/ Basketball	12	Vertiefung von Dribbling, Passen und Fangen (mit verschiedenen Bällen: BB, HB und andere). Einführung Nahwurf auf verschiedene Ziele (Korb, Tor, Matte, Hütchen). Einführung Sternschritt im BB Empfohlene Spielformen: Königsball, Brettball, Mattenball und Parteiball mit und ohne Dribbling.
Fußball	6	Allgemeine Ballgewöhnung und Koordinationsschulung Freilaufen Erlernen der Grundtechniken des Passens und der Torspielertechnik Torschussspiele Spiel- und Wettkampfformen (1:1 bis 4:4)

Volleyball	4	Ballgewöhnung Einführung der Grundpositionen und der Bewegung zum Ball Einführung oberes und unteres Zuspiel Betonung der Kommunikation im Team Spielformen: Ball über die Schnur (2:2, 3:3, 4:4) Vereinfachte Spielformen zu den eingeführten Techniken (1:1 miteinander)
Rückschlagspiele: Tischtennis	6	Aufschlag, Vertiefung des Spiels mit Vor- und Rückhand Spielformen im Einzel, Doppel und Rundlauf
Schwimmen	6	Schwimmen von mind. 2 Schwimmtechniken Streckentauchen (6-15 m) Aquafitness / Wasserspiele, ggf. Synchron- oder Hindernisschwimmen Vertrautheit mit Elementen des Rettungsschwimmens
Individueller Bereich	12	Dieser kann zur Vertiefung und Festigung der einzelnen oben aufgeführten Sportarten benutzt werden. Außerdem besteht hier die Möglichkeit Sportarten einzubinden, die im Curriculum nicht berücksichtigt sind.
	64	

Zusätzlich soll darauf geachtet werden, dass einige Elemente zur Rhythmusschulung (eventl. mit Musik) über das Jahr verteilt eingebaut werden



**Klasse 7:**

Disziplin	U-Std	Thema/ Inhalt
Leichtathletik	12	Sprint: 75 bis 100 m Staffelübergabe bei Rundenstaffeln Ausdauer: Verbesserung der Ausdauerleistung (12 min) Schulung des Tempogefühls Weitwurf: aus dem 3-Schritt-Anlauf (200g-Ball) Kugelstoßen: mit verschiedenen Geräten aus dem Stand (Seitstoßtechnik) Hochsprung: Einführung der Flop-Technik Weitsprung: aus der Zone Vertiefung des Schrittweitsprungs
Turnen	8	Boden: Rolle rw. in den Handstand Sprung: Aufrollen auf den Mattenberg Akrobatik: Partner- und Gruppenübungen Festigen der Elemente aus Klasse 5 und 6
Handball	6	Vertiefung von Passen, Fangen und Dribbling Einführung von Schlagwurf und der Grundregeln empfohlene Spielform: HB-Spiel auf Kleinfeld bis 4:4 auch Überzahlspiele
Basketball	6	Vertiefen von Passen und Fangen und Sternschritt Einführung von Korbleger und der Grundregeln empfohlene Spielform: BB-Spiel 1:0, 2:1, 3:2, 2:2 (Streetball-Regeln)

Fußball	8	Koordinationsschulung Festigen der erlernten Techniken (Dribbling, Passen, Torschuss und Torspielerntechnik) Finten 1:1 (Individualtaktisches Angriffsverhalten) Torschussvariationen und Torschussspiele Individuelles Abwehrverhalten Spiel- und Wettkampfformen (1:1 bis 6:6)
Volleyball	10	Ballgewöhnung Vertiefung der Grundpositionen und der Bewegung zum Ball Einführung des Aufschlag von unten Vertiefung der eingeführten Techniken (oberes und unteres Zuspiel) Spielform: 4:4 mit Steller auf der Position 3 Verbindung von Aufschlag und Annahme
Rückschlagspiele: Softballtennis	4	Schläger und Ballgewöhnung Vor- und Rückhandschlag Kleinfeldspiele
Individueller Bereich	12	Dieser kann zur Vertiefung und Festigung der einzelnen oben aufgeführten Sportarten benutzt werden. Außerdem besteht hier die Möglichkeit Sportarten einzubinden, die im Curriculum nicht berücksichtigt sind.
	64	

Zusätzlich soll darauf geachtet werden, dass einige Elemente zur Rhythmusschulung (eventl. mit Musik) über das Jahr verteilt eingebaut werden

**Klasse 8:**

Disziplin	U-Std	Thema/ Inhalt
Leichtathletik	12	Sprint: Festigung der Inhalte von Klasse 7 Ausdauer: 20 min gleichmäßig laufen Schulung des Tempogefühls Kugelstoßen: Seitstoßtechnik aus dem Angleiten Hochsprung: Festigung der Inhalte von Klasse 7 Weitsprung: Festigung der Inhalte von Klasse 7
Turnen	8	Boden: Übungsverbindungen Minitrampolin: Salto vw.  Jungen: Reck: Laufkippe Mädchen: Stufenbarren: Verbindungen von Elementen
Handball	6	Vertiefung Schlagwurf Einführung Sprungwurf Akzentuierung der Individualtaktik (Freilaufen, Finten) empfohlene Spielform: HB-Spiel auf Kleinfeld bis 4:4 auch Überzahlspiele
Basketball	6	Vertiefung Korbleger Einführung Positionswurf Akzentuierung der Individualtaktik (Freilaufen, Finten) empfohlene Spielform: BB-Spiel 1:0, 2:1, 3:2, 2:2 (Streetball-Regeln)

Fußball	8	Festigen der erlernten Techniken (Dribbling, Passen, Torschuss und Torspieler-technik) Abwehrverhalten in der Gruppe Kennenlernen von Spielsystemen (z. B. ???) Kopfballspiel Vertiefung der Regelkunde Spiel- und Wettkampfformen (1:1 bis 9:9)
Volleyball	10	Vertiefung der eingeführten Techniken (oberes und unteres Zuspiel und Aufschlag von unten) Akzentuierung des oberes Zuspiel als Verteilen des Balls auf die außen Positionen Einführung der Schlagtechnik (Armzug) Vereinfachte Spielformen zum Verbinden der erlernten Elemente (Aufschlag - Annahme; Annahme - Angriff)
Rückschlagspiele: Badminton	4	Grundschatz und Aufschlag Ziel ist das miteinander Spielen
Individueller Bereich	12	Dieser kann zur Vertiefung und Festigung der einzelnen oben aufgeführten Sportarten benutzt werden. Außerdem besteht hier die Möglichkeit Sportarten einzubinden, die im Curriculum nicht berücksichtigt sind.
	64	

Zusätzlich soll darauf geachtet werden, dass einige Elemente zur Rhythmusschulung (eventl. mit Musik) über das Jahr verteilt eingebaut werden

**Klasse 9:**

Disziplin	U-Std	Thema/ Inhalt
Leichtathletik	8	Festigung und Verbesserung der Techniken und Fertigkeiten in Sprint, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen und Ausdauer
Turnen	6	Boden: Fließendes Bodenturnen bzw. Synchronturnen Akrobatik mit größeren Gruppen
Basketball	6	Spielform 5:5 Schüler als Spielbeobachter/Schiedsrichter Angriffsübungen (Freilaufen, Give+Go, Finten)
Handball	6	Sprungwurfvarianten Pass- und Wurfäuschungen Schnellangriffe Positionsspezifische Aufgabenstellungen Spiel unter regelgerechten Bedingungen 7:7
Fußball	8	Passen über größere Entfernungen in den Lauf Ballannahme und Ballmitnahme im schnellen Lauf Kurzpass-Langpass Spiel über die Flügel Torabschlüsse aus verschiedenen Positionen Wettkampfformen (4:4 bis 11:11)

Volleyball	8	<p>Einführung des oberen und unteren Zuspiel nach hinten über den Kopf</p> <p>Einführung des Aufschlag von oben</p> <p>Einführung des Anlaufs beim Angriffsschlag</p> <p>Annahme härter gespielter Bälle</p> <p>Vereinfachte Spielformen zum Verbinden der erlernten Elemente (Aufschlag - Annahme; Annahme - Angriff; Angriff - Annahme)</p>
Rückschlagspiele: Badminton	4	<p>Regeln im Einzel und Doppel</p> <p>Laufwege von und auf die Grundposition</p> <p>Spiele im Kleinfeld</p>
Gymnastik/ Tanz	6	<p>Einführung gymnastischer und tänzerischer Grundelemente</p> <p>Nach vorgegebenen Gestaltungskriterien eine Kurzkomposition entwickeln und darstellen</p> <p>In Kooperation mit der Gruppe eigene Gestaltungskriterien für eine Choreografie entwickeln</p>
Individueller Bereich	12	<p>Dieser kann zur Vertiefung und Festigung der einzelnen oben aufgeführten Sportarten benutzt werden.</p> <p>Außerdem besteht hier die Möglichkeit Sportarten einzubinden, die im Curriculum nicht berücksichtigt sind.</p>
	64	

**Klasse 10:**

Disziplin	U-Std	Thema/ Inhalt
Leichtathletik	8	Festigung und Verbesserung der Techniken und Fertigkeiten in Sprint, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen und Ausdauer Option: Einführung des Hürdenlaufs
Turnen	6	Minitrampolin: Handstützüberschlag Ringe: Sturzhang und Ausfelgen  Jungen: Reck: Abgang über die Stange Mädchen: Stufenbarren: Hohe Wende
Basketball	6	Übungen zu den Mannschaftstaktiken Gruppentaktik (Blocken und Abstreifen, Kreuzen) Schüler als Schiedsrichter
Handball	6	Vertiefung der in Klasse 9 kennen gelernten positionsspezifischen Aufgabenstellungen Einführung taktischer Grundelemente wie z. B., Kreuzen, Sperren Spiel unter regelgerechten Bedingungen 7:7
Fußball	8	Überzahlspielformen Gruppentaktische Angriffsverhalten <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hinterlaufen</li> <li>- Doppelpass</li> <li>- (Spiel über den Dritten)</li> </ul> Mannschaftstaktisches Abwehrverhalten Überzahlspielformen Wettkampfformen (4:4 bis 11:11)

Volleyball	8	Vertiefung der Erlernten Techniken (Aufschlag von oben und Angriffsschlag) Einführung des Einzelblocks Spiel 6:6 (mit 5-er Riegel, vorgezogene 6 (in W-Aufstellung) Vereinfachte Spielformen zum Verbinden der erlernten Elemente (Aufschlag - Annahme; Annahme - Angriff; Angriff - Annahme; Angriff - Block) Verteidigung bei Block und Angriff
Rückschlagspiele: Badminton	4	Clear und Drop Spiele im Wettkampffeld (Einzel und Doppel)
Gymnastik/ Tanz	6	Bewegungskompositionen aus dem Bereiche Tanz/Gymnastik allein oder in der Gruppe inszenieren. Bewegungskompositionen Anderer deuten und analysieren. In Kooperation mit der Gruppe eigene Gestaltungskriterien für eine Choreografie entwickeln.
Individueller Bereich	12	Dieser kann zur Vertiefung und Festigung der einzelnen oben aufgeführten Sportarten benutzt werden. Außerdem besteht hier die Möglichkeit Sportarten einzubinden, die im Curriculum nicht berücksichtigt sind.
	64	