

Schuleigener Arbeitsplan im Fach Sport - Sekundarbereich I (Jg. 5-10) -

(Stand: November 2020)

Bildungsbeitrag des Faches Sport

Grundlagen des Sportunterrichts in den Klassen 5-10 des Gymnasiums sind die Aufgaben und Ziele, die in den Erlassen "*Die Arbeit in den Schuljahrgängen 5 bis 10 des Gymnasiums*" (2015/2020) und den „*Bestimmungen für den Schulsport*" (2018) sowie im „*Kerncurriculum für die Schulformen des Sekundarbereichs I, Schuljahrgänge 5-10, Sport*" (2017) aufgeführt sind.

„Der Sportunterricht leistet einen unverzichtbaren, nicht austauschbaren Beitrag zur ganzheitlichen Bildung und Erziehung und trägt somit zur Persönlichkeitsentwicklung und -stärkung bei. Er soll bei allen Schülerinnen und Schülern die Freude an der Bewegung und am gemeinschaftlichen Sporttreiben wecken und die Einsicht vermitteln, dass sich kontinuierliches Sporttreiben, verbunden mit einer gesunden Lebensführung, positiv auf ihre körperliche, soziale, emotionale und geistige Entwicklung auswirkt. Gleichzeitig soll Sport in der Schule Fairness, Toleranz, Teamgeist, Leistungsbereitschaft und den Wettkampfgedanken fördern.“ (Kerncurriculum 2017, S. 5)
Der spezifische Beitrag zu einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung umfasst sowohl den motorischen, den kognitiven als auch den sozial-affektiven Bereich (vgl. Kerncurriculum, S. 5).

Kompetenzorientierter Unterricht und Bewegungsfelder

Die Zielsetzungen des Bildungsbeitrags werden durch verbindlich erwartete Lernergebnisse konkretisiert und als Kompetenzen formuliert. Aufgabe des Unterrichts im Fach Sport ist es, die Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler anzuregen, zu unterstützen, zu fördern und langfristig zu sichern. Die Kompetenzbereiche gliedern sich in **inhalts- und prozessbezogene Kompetenzen**, wobei eine didaktische Verknüpfung beider Bereiche unerlässlich ist.

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen spiegeln sich als **Sachkompetenzen** in sieben Bewegungsfeldern wider.

Sachkompetenz:	Die Schülerinnen und Schüler...	<ul style="list-style-type: none"> - entwickeln, erhalten und steigern ihre körperliche Leistungsfähigkeit, - bilden ihre konditionellen Fähigkeiten altersgemäß aus, - bilden ihre koordinativen Fähigkeiten altersgemäß aus, - wenden grundlegende Bewegungstechniken an, - wenden spielspezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten an, - setzen individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien um, - kennen grundlegende Aspekte der Trainings- und Bewegungslehre.
-----------------------	---------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Die prozessbezogenen Kompetenzen sind in die drei Bereiche **Methodenkompetenz**, **Selbstkompetenz** und **Sozialkompetenz** gegliedert.

Methodenkompetenz:	Die Schülerinnen und Schüler...	<ul style="list-style-type: none"> – erwerben Lernstrategien und Methodenkenntnisse, – werten einfache Bewegungsabläufe und Spielhandlungen nach Kriterien aus, – geben gezielte Bewegungskorrekturen, – entwickeln, organisieren und leiten Spiele, – verändern Regeln und Bewegungsideen zielorientiert und situationsgerecht.
Selbstkompetenz:	Die Schülerinnen und Schüler...	<ul style="list-style-type: none"> – sind in der Lage, ihr individuelles Wohlbefinden durch Sport, Spiel und Bewegung positiv zu beeinflussen, – verfügen über eine elementare Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen, – demonstrieren eigene Bewegungslösungen, – schätzen Risiken beim Sport realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele, – treffen bewusste Entscheidungen für die eigene sportliche und körperliche Entwicklung, – reflektieren Lernprozesse.
Sozialkompetenz:	Die Schülerinnen und Schüler...	<ul style="list-style-type: none"> – arbeiten in verschiedenen Sozialformen und Gruppenzusammensetzungen ziel- und sachorientiert, – lösen in Bewegungs- und Spielsituationen auftretende Konflikte, – verhalten sich in Wettkämpfen regelgerecht und fair, – helfen und sichern im Lern- und Übungsprozess.

Die Kompetenzen werden in den folgenden sieben **Bewegungsfeldern** erworben (vgl. KC, S. 14-26):

- Spielen
- Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen
- Turnen und Bewegungskünste
- Gymnastisches und tänzerisches Bewegen
- Laufen, Springen, Werfen
- Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
- Kämpfen

Die Reflexion des erworbenen Wissens und Könnens ist dabei im Sportunterricht von großer Bedeutung, um den Erwerb von Kompetenzen aus den Bereichen Sach-, Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz zu fördern.

Erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern

Den jeweiligen Bewegungsfeldern sind bestimmte inhaltsbezogene (weiß unterlegte) und prozessbezogene (grau unterlegte) Kompetenzen zugeordnet worden, die im Kerncurriculum (S. 14-26) zu finden sind.

Durch die Fachkonferenz sind die inhaltsbezogenen Kompetenzen in den Bewegungsfeldern durch konkretere Unterrichtsinhalte und deren Zuweisung zu konkreten Klassenstufen bzw. Zeiten noch genauer festgelegt worden. In der folgenden Tabelle „Schuleigene Unterrichtsinhalte für die Jahrgänge 5-10“ wird dieses dargestellt.

Schuleigene Unterrichtsinhalte für die Jahrgänge 5–10

Bewegungsfeld	Klasse 5	Zeit ¹	Klasse 6	Zeit	Klasse 7	Zeit	Klasse 8	Zeit	Klasse 9	Zeit	Klasse 10	Zeit
Spiele	- Kleine Spiele ² zur grundlegenden Ballschulung	I/II	- Vorformen der großen Sportspiele ³ , u.a. Zonenbasketball, Turmball, Parteiball, Brettball	I-IV	- Basketball	III/IV	- Fußball - Rugby / Flaggfootball oder andere Endzonenspiele	I-IV	- Handball - Rückschlagspiele mit Schwerpunkt Badminton oder Tischtennis	I-IV	- Volleyball	I-IV
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen	- Brustschwimmen mit Start - Rückenkraul mit Start - Wasserspringen - Selbstrettung	III/IV			- Kraulschwimmen mit Start und Wende - Ausdauer (kombiniert mit Schnelligkeit) - Tauchen	I/II			- Retten	I-IV		
Turnen und Bewegungskünste	- Rollen, Balancieren, Stützen und Schwingen	II	- Rad und Handstand	II/III	- Sprünge am Bock, Kasten und Minitrampolin	III	- Überschlagbewegung	II/III				
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen			Rhythmisches Bewegen mit Handgeräten	II			„Fit and Dance“ – Erwärmungs- und Fitnessübungen nach Musik	II			Von der Improvisation zur Entwicklung einer eigenständigen Choreographie (insbes. Trend-Tänze)	II/III

¹ Angegeben ist ein Zeitrahmen, indem die Inhalte Gegenstand des Unterricht sein sollten. Zeitraum I: Sommer bis Herbstferien; Zeitraum II: Herbstferien bis Halbjahresende; Zeitraum III: Februar bis Osterferien; Zeitraum IV: Osterferien bis Schuljahresende. Hiervon kann abgewichen werden, wenn Hallenbelegungen bzw. Witterungsverhältnisse dieses notwendig machen. Auf die Angabe von Stundenanteilen, in denen die Kompetenzen und Inhalte Gegenstand des Unterrichts sein sollen, wird verzichtet, da der Sportunterricht ebenfalls stark von den Hallenbelegungen und den Witterungsverhältnissen, also von den Unterrichtsorten, abhängig ist.

Soweit sich überschüssige Zeitkapazitäten ergeben, stehen diese der Lehrkraft zur freien Verfügung.

² siehe Vorschläge im *Anhang I*

³ siehe Vorschläge im *Anhang I*

Laufen, Springen, Werfen	- schnelles Laufen und Starten - Sprintspiele - Werfen ohne und mit Anlauf	I	- ausdauerndes Laufen an der Fohlenkoppel und auf der Bahn - vielfältige Sprungerfahrungen: Springen in die Weite und in die Höhe	I/IV	- Sprinten (mit Tiefstart) - Werfen / Schleuderball - evtl. Sprintstaffeln	IV	- ausdauerndes Laufen an der Fohlenkoppel und auf der Bahn - Weitsprung (Hang- und/oder Schrittsprungtechnik) - Medizinball- und Kugelstoßen (Standstoß)	I/IV	- Kugelstoßen mit O'Brian-Technik	I-IV	- Inhalte und Methoden des Ausdauertrainings - Hochsprung mit der Floptechnik - Speerwerfen oder Schleuderball	I/IV
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten⁴			Rollbretter: - kontrolliertes Rollen in Gruppen - Staffeln - Spiele und Regeln entwickeln	III			Skateboard oder Inliner: - Grundkenntnisse ⁵ - Hindernisparcours - Tricks	III				
Kämpfen⁶			Vom Kämpfen um ein Objekt zum Kämpfen am Boden (Judorolle / Fallschule)	I-IV					Vom Kämpfen am Boden zum Kämpfen im Stehen	I-IV		
Testate der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten („Fittestests“)	Hindernisparcours / 1200m-Fohlenkoppel-Lauf	I/II	1200m-Fohlenkoppel-Lauf / 6-Minuten-Lauf	I/IV	20min-Cooper-Test (Schwimmen)	I/II	12min-Cooper-Test / 1200m-Fohlenkoppel-Lauf	I/IV	2400m-Fohlenkoppel-Lauf / Bumerang-Test	I/II	3600m-Fohlenkoppel-Lauf / 6min-Kraftausdauer-Test	I/II
	12min-Cooper-Test (Schwimmen)	III/IV	Tennisball-Test / Hürden-Test	II/III	1200m-Fohlenkoppel-Lauf / Tennisball-Test	III/IV	Bumerang-Test / Medizinball-Test	II/III	6min-Kraftausdauer-Test / 12min-Cooper-Test	III/IV	Japan-Test / Linienlauf	III/IV

⁴ Zurzeit ist die Benutzung von Skateboards und Inlinern mit kleinen schmalen Rollen in den Sporthallen der Schule vom Schulträger untersagt.

⁵ Neben der Vermittlung von Grundkenntnissen zur Benutzung der angesprochenen Sportgeräte ist eine Vermittlung und Überprüfung der Grundkenntnisse über Notfallmaßnahmen bei Unfällen durchzuführen.

⁶ Das Bewegungsfeld „Kämpfen“ kann auch sportartübergreifend unterrichtet werden (z.B. über Sportspiele).

Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Bei der Leistungsbewertung bzw. der Leistungsbenotung sind die **Bezugsnormen** „Sachnorm“, „Individualnorm“ und „Sozialnorm“ zu berücksichtigen:

- Die **Sachnorm** setzt sich aus den jeweiligen inhalts- und prozessbezogenen Kompetenzen zusammen.
- Die **Individualnorm** stellt die Differenz zwischen der individuellen Anfangs- und Endleistung unter Berücksichtigung persönlicher Ausgangsbedingungen dar.
- Die **Sozialnorm** beinhaltet die Relation der festgestellten Leistung des Einzelnen im Vergleich zur Gruppe.

Folgende Gewichtung der Bezugsnormen soll zu Grunde gelegt werden:

65% Sachnorm, dabei sind **50% sportmotorische Leistungen und**
 15% allgemeine körperliche Fitness und Koordinationsfähigkeit *
25% Sonstige Leistungen im Unterricht **
10% Individual- und Sozialnorm

** Die altersgemäße Förderung der konditionellen Fähigkeiten, insbesondere der Ausdauer und Kraft als Grundlage der allgemeinen Fitness, sowie der koordinativen Fähigkeiten, bildet in allen Klassenstufen einen zentralen Aspekt im Sportunterricht.*

*Die Überprüfung der allgemeinen körperlichen Fitness und Koordinationsfähigkeit findet mit Hilfe der jeweiligen Testate der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten (**kurz: „Fitnessstests“**) statt, die in der Tabelle „Schuleigene Unterrichtsinhalte für die Jahrgänge 5-10“ zu entnehmen sind. Der obligatorische Fitnessstest ist jeweils fett gedruckt. In Ausnahmefällen kann alternativ der nicht fett gedruckte Fitnessstest gewählt werden.*

Die Beschreibungen der einzelnen Fitnessstests mit den jeweiligen Bewertungstabellen sind dem Anhang 2 zu entnehmen.

**** Dem Bereich „Sonstige Leistungen“ (vgl. KC, S. 28) können folgende Aspekte zugeordnet werden:**

- Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft in Theorie und Praxis
- Beiträge zum Unterrichtsgespräch
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen
- verantwortungsvolles Zusammenarbeit im Team
- Bereitschaft zum Helfen und Unterstützen
- Fair Play
- Reflexion des eigenen Lernfortschritts
- schriftliche Ausarbeitungen
- Unterrichtsdokumentationen (z.B. Protokoll, Portfolio usw.)

Bei kooperativen Arbeitsformen sind sowohl die **individuelle Leistung** als auch die **Gesamtleistung der Gruppe** in die Bewertung einzubeziehen.

Der Anteil der einzelnen Bewegungsfelder an der Gesamtnote entspricht in etwa ihrem jeweiligen Anteil an der erteilten Gesamtstundenzahl in einem Jahrgang.

Für einen Teil der Bewegungsfelder „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“ (kurz: Schwimmen) und „Laufen, Springen, Werfen“ (kurz: Leichtathletik) beschließt die Fachgruppe Sport die Verwendung einheitlicher Bewertungstabellen (siehe *Anhang 3* und *Anhang 4*).

Sportprofil am Gymnasium Himmelsthür

In den Jahrgängen 5-7 bietet die Schule für Schüler und Schülerinnen das Sportprofil als Wahlfach an, bei dem zu der normalen Unterrichtsverpflichtung zwei zusätzliche Sportstunden belegt werden müssen. Eine Voraussetzung für die Teilnahme am Sportprofil ist die erfolgreiche Absolvierung eines sportmotorischen Tests. Für die zwei zusätzlichen Sportstunden in den Jahrgängen 5-7 erstellt die Fachgruppe Sport einen den Lehrplan ergänzenden Arbeitsplan (siehe *Anhang 5*). Die Bewertung des Sportprofils wird auf dem Zeugnis durch eine eigene Note dokumentiert.

In den Jahrgängen 8-10 gibt es das Sportprofil als Wahlpflichtfach bei der üblichen Profilbildung am Gymnasium Himmelsthür als „*Naturwissenschaft in Verbindung mit Sport*“. Eine Voraussetzung für die Teilnahme am Sportprofil ist auch hier die erfolgreiche Absolvierung eines sportmotorischen Tests bzw. ein „Schnuppern“ in der konkreten Profilsportart, so dass die sportartspezifischen Grundkompetenzen überprüft werden können. Als Profilsportarten werden in der Regel Handball, Volleyball, Schwimmen, Judo und Triathlon angeboten, von denen die Schülerin bzw. der Schüler eine Sportart für den gesamten Zeitraum wählt. Die Profilsportgruppen werden jahrgangsübergreifend von qualifizierten Vereins Übungsleitern bzw. Verein Übungsleiterinnen und Sportlehrkräften unterrichtet und orientiert sich inhaltlich an den entsprechenden Trainingsplänen der Sportfachverbände. Die Bewertung des Sportprofils wird auf dem Zeugnis durch eine eigene Note dokumentiert.

Unterrichtsfach Sport und Schulsport

Der Schulsport ist mehr als Sportunterricht. Er bildet ein wesentliches Element zur Gestaltung des Schullebens. Bewegung, Spiel und Sport als Unterrichtsprinzipien umfassen z.B. Bewegungszeiten im Klassenunterricht, Pausensport, Arbeitsgemeinschaften, Schulsporttage, Wandertage sowie Wintersport. Der Schulsport baut Brücken zum außerschulischen Sport. Deshalb sind über den verbindlichen Unterricht hinaus sportliche Aktivitäten und Wettkämpfe innerhalb und außerhalb der Schule zu fördern.

Sportveranstaltungen, Turniere und weitere Aktivitäten

- Die Fachgruppe Sport organisiert jährlich nach terminlicher Absprache mit der Schulleitung die schulinternen Sportveranstaltungen und Turniere gemäß dem Terminplan Sport (siehe *Anhang 6*).
- Die Fachgruppe Sport organisiert im zweijährigen Rhythmus die Teilnahme am Sportabzeichenwettbewerb.
- Die Fachgruppe Sport organisiert jährlich die Teilnahme an Wettbewerben von „*Jugend trainiert für Olympia*“.
- Die Teilnahme an weiteren außerschulischen Sportveranstaltungen geschieht auf Eigeninitiative, wenn sich dies in bestimmten Jahrgängen oder Arbeitsgemeinschaften ergibt.

Merkblatt zum Sportunterricht

Zu Beginn jeden Schuljahres bekommen die Schüler und Schülerinnen bzw. deren Erziehungsberechtigten anhand eines Merkblattes Informationen zum Sportunterricht, auf dem die Erziehungsberechtigten auch auf gesundheitliche Probleme des Schülers bzw. der Schülerin, die sich auf die aktive Teilnahme am Sportunterricht auswirken bzw. auswirken können, hinweisen sollen (siehe *Anhang 7*).

Fächerübergreifende und verbindende Anteile des Fachcurriculums

- Biologie: Grundkenntnisse über physiologische Auswirkungen körperlicher Belastungen und über Ernährung im Sport
- Werte und Normen: Prinzip der Gleichberechtigung (Fairness)
- Curriculum Mobilität⁷: Regeln und Konventionen

Fortbildungskonzept

Die Fachgruppe Sport führt jährlich eine Fortbildung zu ausgewählten, jeweils im Jahr vorher zu beschließenden, sportfachlichen Inhalten durch. Auf der Basis dieser Fortbildung soll dann das Thema bzw. eine Unterrichtseinheit zu dem Thema für einen oder mehrere Jahrgänge erarbeitet werden. Darüber hinaus können die Mitglieder der Fachgruppe Sport nach individuell festzulegenden Schwerpunkten an Fortbildungsangeboten teilnehmen.

Außerdem benötigt die Fachgruppe Sport regelmäßig die Bereitstellung von Fortbildungsmaßnahmen im Bereich *Erste Hilfe* (Schwerpunkt Sportverletzungen) (alle zwei Jahre) und im Bereich *Rettungsfähigkeit im Schwimmen* (alle drei Jahre).

Evaluation

Der schuleigene Arbeitsplan im Fach Sport soll regelmäßig evaluiert und gegebenenfalls verändert bzw. angepasst werden.

Anhang

- Anhang 1:* Kleine Spiele und Vorformen der großen Sportspiele
- Anhang 2:* Fitnesstests
- Anhang 3:* Bewertungstabellen für Leichtathletik
- Anhang 4:* Bewertungstabellen für Schwimmen
- Anhang 5:* Sportprofil der Jahrgänge 5-7 - Schuleigener Arbeitsplan inkl. Fitnesstests
- Anhang 6:* Terminplan Sport - Schulinterne Sportveranstaltungen und Turniere
- Anhang 7:* Merkblatt zum Sportunterricht

⁷ siehe „Handreichungen zum Unterricht nach dem Curriculum Mobilität am Gymnasium Himmelsthür“