

Schulinternes Curriculum

Sport

Sekundarstufe I

(Anhang: Leistungsbewertung / Bewertungstabellen)

Inhalt

1. Präambel
2. Pädagogische Grundsätze
3. Themenfelder/Themen
4. Organisation
 - 4.1 Schulsport
 - 4.2 Außerunterrichtlicher Sport
5. Inhaltsbereiche der einzelnen Jahrgangsstufen
 - 5.1 Inhalte der Klassenstufe 5
 - 5.2 Inhalte der Klassenstufe 6
 - 5.3 Inhalte der Klassenstufe 7
 - 5.4 Inhalte der Klassenstufe 7 (Schnellläufer)
 - 5.5 Inhalte der Klassenstufe 8
 - 5.6 Inhalte der Klassenstufe 9
 - 5.7 Inhalte der Klassenstufe 10
6. Fächerverbindender / überfachlicher Unterricht
7. Leistungsbewertung / Notengebung
 - 7.1 Zeugnisnote
 - 7.2 Fachnote
 - 7.3 Kompetenznote
 - 7.4 Kompetenzbereiche
 - 7.5 LEK mit reflexiven Anteilen
8. Bewertungstabellen
 - 8.1 Bewertungstabellen Jungen
 - 8.2 Bewertungstabellen Mädchen
 - 8.3 Bewertungstabelle Ausdauer Jungen
 - 8.4 Bewertungstabelle Ausdauer Mädchen
9. Vorschlag zur Bewertung der Leistungen im Gerätturnen

1. Präambel

Das vorliegende schulinterne Curriculum für das Fach Sport versteht sich als ein dynamisches System. Es soll in den Folgemonaten erprobt und auf seine Angemessenheit und Praktikabilität hin überprüft werden. In diesem Zusammenhang gilt es auch, die tabellarisch aufgeführten, den einzelnen Unterrichtsinhalten zugeordneten Kompetenzen zu spezifizieren (siehe auch 7.4).

Weitere notwendige Anpassungen sind sicher wegen der derzeitigen Reformfreudigkeit der zuständigen Senatsverwaltung ebenso notwendig, wie die aufgrund der Berücksichtigung der Voraussetzungen zukünftiger Schülerinnen- und Schülergenerationen. Hier wird es die Aufgabe des Fachbereiches Sport sein, der wegen der Schulanfangsphase zu erwartenden Altersdivergenz der Schülerschaft von bis zu 3 Jahren, welche wegen der speziellen Ausrichtung der Schule (Schnellläufer) besonders zum tragen kommen wird, sowohl inhaltlich-methodisch, als auch durch entsprechende Beschlüsse zur Leistungsbewertung gerecht zu werden.

Verschiedene Arbeitsgemeinschaften (siehe 4.2) sollen den Schülerinnen und Schülern helfen, ihre sportlichen Interessen auch über den Pflichtunterricht hinaus verfolgen und ihre Fähigkeiten vertiefend ausbilden zu können.

2. Pädagogische Grundsätze

- offenes Sportverständnis ausbilden
- Anschlussfähigkeit über die Schulstufen hinweg gewährleisten
- Individuelle Voraussetzungen der Schüler/innen und situative Bedingungen der Schule berücksichtigen
- Bezüge zum Sport außerhalb der Schule herstellen
- Kompetenzen entwickeln und fördern
- Hinführung zum selbstständigen Gestalten des Unterrichts und zur selbstbewusst-realistischen Eigenbewertung
- Rhythmisierung der Inhalte entsprechend der schulischen und regionalen Veranstaltungen und Wettkämpfe

3. Themenfelder / Themen

Themenfelder	Themen
Spielen – Spiele	Minispiele, Spiele gestalten Mannschaftsspiele
Laufen, Springen, Werfen	Leichtathletik
Bewegungskünste, Gymnastik, Tanz	Gymnastik/Tanz
Bewegen an Geräten / Turnen	Gerätturnen, Partner- und Gruppenakrobatik
Kämpfen nach Regeln	Kämpfen um und mit Geräten, Partnerkämpfe
Fahren, Gleiten, Rollen	Inlineskating, Rudern, Fahren und Gleiten auf Schnee
Bewegen im Wasser	Schwimmen
Fitness und Gesundheit	Koordinations- und Konditionstraining

4. Organisation des Sports

4.1 Schulsport

- in der Regel gemischtgeschlechtlicher (koedukativer) Unterricht
- in der Regel drei (zwei) Einzelstunden (Aspekt: tägliches Bewegen)
- Schnellläufer ab Klasse 5 (überspringen 8. Klasse; ab 9. Klasse Sportunterricht nur zweistündig)
- Kleine Halle im Schulgebäude; Große Halle (Handballfeldgröße) durch Vorhang in zwei basketballfeldgroße Hallen getrennt, 5 Minuten Fußweg vom Schulgebäude; Große Halle nicht mit allen Großgeräten ausgestattet (u. a. kein Reckturnen, Ringturnen möglich) macht intensive Kooperation der Lehrer/innen inhaltlich und organisatorisch notwendig
- Sportplatz mit 400m-Bahn, Kunstrasenplatz, Tartanplätze für Basketball und Handball, Beachvolleyballanlage, 5 Minuten Fußweg vom Schulgebäude, zeitgleicher Unterricht mit benachbartem Gymnasium (gelegentlich 6 Lerngruppen auf dem Platz) macht intensive Kooperation der Lehrer/innen inhaltlich und organisatorisch notwendig
- das Sportkollegium wünscht sich parallelen Unterricht von Klassen der gleichen Klassenstufe in der großen Halle; möglichst dabei eine weibliche und männliche Lehrkraft und Möglichkeiten zur gegenseitigen Hospitation

4.2 Außerunterrichtlicher Sport (Arbeitsgemeinschaften)

- Kooperation mit ortsnahen Vereinen (Ruderclub Tegel, Berliner Schneehasen)
- Unterstützung durch Eltern und Schüler/innen
- ganzjährig: Rudern, Badminton, Akrobatik
- saisonal: Fußball, Handball, Gerätturnen
- geplant: Kämpfen nach Regeln (u. a. Boxen); Nordic Skating

5. Inhaltsbereiche der einzelnen Jahrgangsstufen

- Schwerpunkt in den Klassen 5 und 7 (normal) auf Entwicklung der Personal- und Sozialkompetenz
- Schwerpunkt wg. der günstigen entwicklungsphysiologischen Bedingungen in Klasse 6 und 7 auf der Entwicklung der Sachkompetenz (motorische Entwicklung)
- In den Klassenstufen 5, 8 und 9 sollte die koordinative Entwicklung der konditionellen Weiterbildung vorangestellt werden.
- In Klasse 9 und 10 sollte der Themenverteilung über das Schuljahr immer stärker gemeinsam von Schüler/innen und Lehrkräften geplant und überprüft werden.
- in allen Klassenstufen sollte entsprechend der jeweiligen Voraussetzungen der Schüler/innen der Methodik „Lernen durch Lehren“ entsprochen werden (Entwicklung der Methodenkompetenz).
- Die Präsentationsfähigkeit sollte über die einzelnen Klassenstufen hinweg von kurzen Zusammenfassungen (z. B. einzelner Lerninhalte, Bewegungskriterien, Korrekturhinweisen etc.) hin zu ausführlicheren Stellungnahmen / Begründungen (bspw. Spiel-, Regelerklärungen, Begründung für Kürübungen, trainingswissenschaftlichen oder biomechanischen Erklärungen etc.) entwickelt werden.
- die Organisation des Unterrichts gewährleistet stets ein sicheres Bewegen und eine kommunikative Atmosphäre.

5.1 Inhalte der Klasse 5

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Spieleleichtathletik; Laufen: Lauf-ABC; Zeitschätzläufe; „Kann-Läufe“; Pendelstaffel; Sprint- und Startübungen (Startkommando kennen); Werfen mit unterschiedlichen Wurfgeräten; aus der Wurfauslage werfen; Sprung: Sprungbein / Schwungbein; beidbeinige Landung; Springen kreativ	Sachkompetenz Methodenkompetenz	20
Themenfeld Spielen - Spiele kleine Spiele; Spiel- und „Klassen“regeln erfinden; Minispiele	Sozialkompetenz Methodenkompetenz	25
Themenfeld Bewegen an Gräten Partner- und Gruppenakrobatik; Jonglage; Sichern und Helfen; Rollbewegungen; Übungen zur Körperspannung; Gerätearrangements (Geräteauf-/abbau; Partner- und Gruppenübungen); Sprünge auf und über Geräte	Sozialkompetenz Personalkompetenz	20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz einfache Grundschritte; Entwicklung einer Gruppenkür	Sachkompetenz	10
Themenfeld Kämpfen nach Regeln Kämpfen mit und um Geräte; Kämpfe um Raumgewinn	Sozialkompetenz Personalkompetenz	10
Fitness und Gesundheit Kreistraining (Koordination)	Sachkompetenz	10
Summe		95/105

5.2 Inhalte der Klasse 6

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Spieleleichtathletik; Laufen : der Tiefstart; „richtig Laufen“; Sprung : Möglichkeiten, hoch zu springen (u. a. mit dem Stab); Absprung-technik beim Weitsprung; Wurf : Drehwürfe; der „Impulsschritt“	Sachkompetenz	20
Themenfeld Spielen - Spiele Minispiele, Rückschlagspiele mit unterschiedlichen Materialien	Sachkompetenz Methodenkompetenz	25
Themenfeld Bewegen an Gräten Auf- und Umschwungbewegungen am Reck ; Balancieren auf dem und Schwingen im Barren ; Stütz- und Überschlagbewegungen am Boden ; Absprung und Landung beim Sprung ; Sichern und Helfen; Synchronturnen	Sachkompetenz Sozialkompetenz	20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz Bewegen mit Kleingeräten nach Musik; Bewegen an Großgeräten nach Musik.	Sachkompetenz Personalkompetenz	10
Themenfeld Kämpfen nach Regeln Partnerkämpfe; Entwickeln einer Kampfplanübersicht	Sachkompetenz Sozialkompetenz	10
Fitness und Gesundheit Kreistraining (Kondition)	Methodenkompetenz	10
Optional: Themenfeld Fahren, Gleiten, Rollen Inlineskating; Fahren und Gleiten auf Schnee		10
Summe		95/105

5.3 Inhalte der Klasse 7

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Spielleichtathletik; Laufen : der Tiefstart; „richtig Laufen“; Sprung : Möglichkeiten, hoch zu springen (u. a. mit dem Stab); Absprungtechnik beim Weitsprung; Wurf : Drehwürfe; der „Impulsschritt“	Sachkompetenz Methodenkompetenz	20
Themenfeld Spielen - Spiele Handball : Passen, Fangen, der Torwurf; Volleyball : oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten; Rückschlagspiele (u. a. Badminton)	Sachkompetenz Methodenkompetenz	25
Themenfeld Bewegen an Gräten Auf- und Umschwungbewegungen am Reck ; Balancieren auf dem und Schwingen im Barren ; Stütz- und Überschlagbewegungen am Boden ; Absprung und Landung beim Sprung ; Sichern und Helfen; Akrobatik/Jonglage	Sachkompetenz Sozialkompetenz	20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz Bewegen mit Kleingeräten nach Musik; Bewegen an Großgeräten nach Musik.	Sachkompetenz Sozialkompetenz	10
Themenfeld Kämpfen nach Regeln Partnerkämpfe; Entwickeln einer Kampfplanübersicht	Sozialkompetenz	10
Fitness und Gesundheit Kreistraining (Kondition)	Sachkompetenz	10
Optional: Themenfeld Fahren, Gleiten, Rollen Inlineskating		10
Summe		95/105

5.4 Inhalte der Klasse 7 (Schnellläufer)

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Spieleleichtathletik; Laufen : Rundenstaffel; Hindernisse überlaufen; Sprung : Absprung und Landung beim Fosburyflop; Hocksprungtechnik; Wurf/Stoßen : Kugelstoßen aus der Kugelstoßauslage; Tempogefühl beim Ausdauerlaufen	Sachkompetenz Methodenkompetenz	20
Themenfeld Spielen - Spiele Handball : Passen, Fangen, der Torwurf; Volleyball : oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten; Hockeyspiele	Sachkompetenz Personalkompetenz	25
Themenfeld Bewegen an Gräten Auf- und Umschwungbewegungen am Reck ; Rollen und Abgänge beim Barren ; Boden : Salto (Minitramp); Schwingen an den Ringen ; Sprunghocke und Sprunggrätsche beim Sprung (Kasten quer/lang); Sichern und Helfen; Balken : Laufen, Drehungen, Abgänge	Sachkompetenz Personalkompetenz (Lerntagebuch)	20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz HipHop-Bewegungen.	Sachkompetenz	10
Themenfeld Kämpfen nach Regeln ritualisierte Kämpfe mit dem Stab	Sozialkompetenz Personalkompetenz	10
Fitness und Gesundheit Pilates; Rückengymnastik	Sachkompetenz Methodenkompetenz	10
Summe		95/105

5.5 Inhalte der Klasse 8

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Laufen: Rundenstaffel; Hindernisse überlaufen; Sprung: Absprung und Landung beim Fosburyflop; Hocksprungtechnik; Wurf/Stoßen: Kugelstoßen aus der Kugelstoßauslage; Tempogefühl beim Ausdauerlaufen	Sachkompetenz Methodenkompetenz	20
Themenfeld Spielen - Spiele Fußball: Innenseitstoß, Spannstoß Basketball: Passen, Fangen, der Korbwurf (beidhändig/einhändig), der Sternschritt	Sachkompetenz	25
Themenfeld Bewegen an Gräten Auf- und Umschwungbewegungen am Reck ; Rollen und Abgänge beim Barren ; Aufrechtsprünge am Minitramp ; Schwingen an den Ring en; Sprunghocke und Sprunggrätsche beim Sprung (Kasten quer/lang); Sichern und Helfen; Balken: Laufen, Drehungen, Abgänge	Personalkompetenz (Lerntagebuch) Sachkompetenz Sozialkompetenz	20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz HipHop-Bewegungen.	Sachkompetenz	10
Themenfeld Kämpfen nach Regeln ritualisierte Kämpfe mit dem Stab	Sozialkompetenz Personalkompetenz	10
Fitness und Gesundheit Pilates; Rückengymnastik	Sachkompetenz Methodenkompetenz	10
Optional: Themenfeld Fahren, Gleiten, Rollen Fahren und Gleiten auf Schnee		(40)
Summe		95/105 (135)

5.6 Inhalte der Klasse 9
(die Stundenzahlen hinter dem Schrägstrich
beziehen sich auf die Schnellläuferklassen)

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Laufen: Hürdenlauf; <i>Orientierungslauf (optional)</i> ; Sprung: Sprungtechnik Fosburyflop; Schrittweitsprung; Wurf/Stoß: Speerwerfen mit Impulsschritt; Kugelstoßen aus dem Angleiten;	Sachkompetenz	30/16
Themenfeld Spielen - Spiele Taktik des Fußball- und Basketballspiels (in 9g/h Techniken siehe Klasse 8) Die Grundschnläge des Badminton	Sachkompetenz Methodenkompetenz	25/20
Themenfeld Bewegen an Gräten An-, Auf- und Umschwungbewegungen am Hochreck/Stufenbarren ; Kürübungen (Übungsverbindungen) am Boden ; Überschlagbewegungen am Minitramp ; Sichern und Helfen; Akrobatik	Sachkompetenz	20/20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz Entwicklung einer Kurzkür mit Musik.	Sachkompetenz Methodenkompetenz	10/06
Optional Themenfeld Kämpfen nach Regeln Selbstverteidigung richtig!	Sachkompetenz Personalkompetenz	10/--
Fitness und Gesundheit Ausdauertraining richtig planen!	Methodenkompetenz Personalkompetenz	10/10
Summe		95/72 (105/72)

5.7. Inhalte der Klasse 10
(die Stundenzahlen hinter dem Schrägstrich
beziehen sich auf die Schnellläuferklassen)

Verbindliche Unterrichtsinhalte	Kompetenzen, z. B.	Stunden
Themenfeld Laufen, Springen, Werfen Laufen: Lauftechnik beim Sprint Sprung: Stabhochsprung (fester Stab); Wurf: Diskus aus der Wurfauslage; Technik des Speerwerfens; Entwicklung eines Ausdauertrainingsplans	Sachkompetenz Methodenkompetenz	30/20
Themenfeld Spielen - Spiele Große Spiele einmal anders; Flagfootball; New Games	Methodenkompetenz	20/10
Themenfeld Bewegen an Gräten Bewegungsfertigkeiten und Kürübungen am Reck, Stufenbarren, Balken, Boden , beim Sprung , an den schwingenden Ringe , Synchronturnen im Gerätearrangement	Sachkompetenz Sozial-/Personalkompetenz	25/20
Themenfeld Bewegungskünste, Gymnastik und Tanz Kürübungen in den olympischen Disziplinen	Sachkompetenz	15/10
Optional Themenfeld Kämpfen nach Regeln Judokämpfe; Boxkämpfe	Sachkompetenz	06/--
Fitness und Gesundheit Krafttraining mit Geräten; Stepaerobic	Methodenkompetenz Sachkompetenz	10/10
Optional: Themenfeld Fahren, Gleiten, Rollen Inlineskating	Personalkompetenz	06/--
Summe		100/70 (105/72)

6. Fächerverbindender / überfachlicher Unterricht

Im Sinne aller Lehrpläne, Möglichkeiten des fächerverbindenden und fachübergreifenden Unterrichts aufzuzeigen und zu eröffnen, bietet der Sportunterricht vielfältige Ansätze, u. a. mit folgenden Fächern:

- Biologie (z. B. Gesundheitserziehung, -förderung, Wirksamkeit von Training)
- Musik (z. B. Rhythmus, Notation, Musikanalyse)
- Physik (z. B. Biomechanik, Bewegungslehre)
- Ethik (z. B. Fairness im Sport; Toleranz)
- Geschichte/Sozialkunde (z. B. Bewegungskultur; Olympische Spiele)

7. Leistungsbewertung / Notengebung

7.1 Zeugnisnote

Die Grundlagen der Beurteilung sind in der AV Zensuren, der Grundschulordnung, der Sek. I-Ordnung und den Rahmenlehrplänen für das Fach Sport festgeschrieben.

Auf dieser Grundlage gelten für die Notengebung im Fach Sport an der Humboldt-Ober-
schule folgende Festlegungen:

- Die Note im Fach Sport setzt sich zu 50 % aus der **Fachnote** und zu 50 % aus der **Kompetenznote** (Allgemeiner Teil) zusammen.
- Grundlage der Leistungsermittlung und –bewertung sind das im Unterricht gemeinsam Erarbeitete und Geübte.
- Es werden pro Schulhalbjahr mindestens 4 Themenbereiche als Fachnote (Sachkompetenz) bewertet.
- Es werden pro Schulhalbjahr mindestens 4 Themenbereiche mit Kompetenznoten bewertet.
- Schriftlich erstellte Hausaufgaben können in die Bewertung der Kompetenznote miteinfließen.
- Pro Schulhalbjahr ist eine Ausdauerleistung verpflichtend (Fachnote).
- Eine Prüfungsaufgabe mit reflexiven Anteilen ist für jede/n Schüler/in in der Sek. I in jedem Schuljahr Pflicht.
- Bei der Notengebung sind die individuellen Voraussetzungen und der individuelle Leistungsfortschritt mit zu berücksichtigen.

- Die Kriterien für die Leistungsbewertung sind den Schüler/innen vor der Leistungsermittlung zu erläutern. Die Schüler/innen sollten bei der Erstellung der Kriterien beteiligt werden, vor allem bei denen zur Kompetenznote.
- Die Zeitpunkte der Leistungsermittlungen müssen den Schüler/innen bekannt sein. Es ist dabei zu berücksichtigen, dass den Schüler/innen innerhalb des Unterrichts auch immer Zeit zur unbewerteten sachimmanenten Auseinandersetzung gegeben werden muss.
- Die Zusammenfassung der Teilnoten ergibt die Zeugnisnote.

7.2 Fachnote

In die Fachnote fließen folgende Aspekte ein:

- das motorisch-sportliche Können
- koordinative und konditionelle Fähigkeiten
- themenspezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten, sowie spotspezifische und fachübergreifende Kenntnisse
- Die Leistungsbeurteilung in der Leichtathletik/im Turnen entsprechend der im Anhang aufgeführten Tabellen.

7.3 Kompetenznote

Der Prozess der Entwicklung der Teilkompetenzen im Sportunterricht bildet die Grundlage für die Kompetenznote. Die Auswahl der zu bewertenden Kompetenzen erfolgt (wenn nicht anders beschlossen) in pädagogischer Verantwortung durch den Fachlehrer / die Fachlehrerin.

7.4 Kompetenzbereiche

Entgegen der im Rahmenlehrplan der Sek. I formulierten Kompetenzbereiche werden für den Sportunterricht an der Humboldt-Oberschule folgende Kompetenzbereiche (siehe Rahmenlehrplan Grundschule Sport) zur Bewertung festgelegt:

- Fachkompetenz
- Personalkompetenz
- Sozialkompetenz
- Methodenkompetenz

Auf den folgenden Seiten werden die Ziele des Faches aus Sicht der Kompetenzentwicklung näher dargelegt.

Sachkompetenz (bewegungsbezogenes Wissen und Können)	Methodenkompetenz (Repertoire von Methoden, Verfahren, Techniken zur individuellen Wissens- und Könnensaneignung)
<p>Bewegungserfahrungen in vielfältiger Weise sammeln</p> <p>Bewegungsqualität: Merkmale einer Bewegung erkennen, nennen und begründen</p> <p>Bewegungen in verschiedenen Situationen und unter unterschiedlichen Bedingungen erfahren und umsetzen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - nach Musik gestalten/tänzerische Grundformen erlernen - Bewegen im Wasser - Bewegen auf Eis und Schnee <p>Demonstrationsfähigkeit erwerben – z.B. Bewegungsablauf, Übung, Spiel</p> <p>Grundlegende Bewegungsformen sportartspezifisch aneignen</p> <p>koordinative Fähigkeiten (weiter) entwickeln</p> <p>konditionelle Fähigkeiten (weiter) entwickeln</p> <p>Kreativität: Bewegungsideen, unterschiedliche Lösungsmöglichkeiten für Bewegungsaufgaben finden, Bewegungsfantasie (weiter) entwickeln</p> <p>Materialerfahrungen in vielfältiger Weise sammeln</p> <p>Messen von Zeiten und räumlichen Entfernungen</p> <p>Organisationsfähigkeit aneignen beim Gestalten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen</p> <p>Präsentationen: grundlegende Kriterien kennen und anwenden – z.B. Bewegungsabläufe zuschauergerecht präsentieren/„aufführen“ (Spannungsaufbau, Medienunterstützung)</p> <p>Regeln erfassen, kennen, gestalten und anwenden</p> <p>Schiedsrichtertätigkeit erlernen und ausüben (Regel- und Zeichenkenntnisse)</p> <p>taktische Fähigkeiten aneignen</p> <p>Umwelt und Natur: Verständnis gewinnen</p> <p>Vermittlungsfähigkeit erwerben: Unterricht (mit-)planen – Unterrichtssequenzen selbst gestalten</p> <p>Wissen erwerben – z.B. über:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundbegriffe der Fachsprache - aktuelle Fragen und kulturelle Erscheinungsformen des Sports - sachgerechten Umgang mit Sportgeräten - Körperaufbau/-funktionen (als Voraussetzung für Trainingskenntnisse); - Zusammenhänge von Gesundheit und Bewegung sowie Training begreifen - Trainingsprinzipien zur Verbesserung konditioneller Fähigkeiten 	<p>Beobachtungsfähigkeit für Bewegungsabläufe aneignen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliches/Gemeinsames erkennen durch Selbst-/Fremdbeobachtung - eigene Bewegungen korrigieren/verbessern lernen <p>Dokumentationen personen- und themenbezogen erstellen</p> <p>Entscheidungen zu Lösungs-/Aufgaben-/Spielvorschlägen begründet treffen</p> <p>Informationen für Bewegungslernen wahrnehmen, verstehen und umsetzen in eigenes Bewegungshandeln mit Hilfe von:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsvorbildern - Bildvorlagen/Zeichnungen - Bewegungsbeschreibungen <p>Lernmuster, -probleme und -strategien reflektieren – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wie lerne und übe ich Bewegungen? - Wie verbessere ich Fähigkeiten? <p>Methodische Lernhilfen für Bewegungen aneignen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - vom Einfachen zum Schweren - vom Langsamen zum Schnellen - vom Elementaren zum Komplexen - mentales Üben <p>Problemlösungsstrategien reflektieren, erwerben und anwenden – z.B. Bewegungsprobleme/soziale Konflikte erkennen, analysieren, Lösungsmöglichkeiten finden, verschiedene Wege ausprobieren und begründete Entscheidungen treffen</p>

Soziale Kompetenz (eigene Ziele in Einklang bringen mit denen anderer Menschen)	Personale Kompetenz (Selbstwahrnehmung, Reflexion des eigenen Lernweges, Selbstverantwortung lernen)
<p>Achtung zeigen gegenüber anderen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gefühle/Leistungen/Schwächen/Behinderungen anderer respektieren - andere unterstützen und Hilfe anbieten - Rücksicht nehmen - Meinungen und Wünsche anderer respektieren - Kritik auf der Grundlage des gegenseitigen Respekts sachlich äußern <p>Empathiefähigkeit entwickeln: sich in andere einfühlen und für andere einstehen</p> <p>Konfliktlösungsfähigkeit entwickeln – z.B. Streit verbal lösen, sich einigen, kompromissbereit sein</p> <p>Kooperationsfähigkeit entwickeln: Aufgaben gemeinsam erarbeiten und ausführen, einander helfen</p> <p>Regeln</p> <ul style="list-style-type: none"> - vereinbaren, situationsgerecht an personale, örtliche, materielle Bedingungen anpassen - bewusst einhalten - sich über Unklarheiten verständigen und in gemeinsamer Absprache ändern - selbstverantwortlich überwachen, Regelkontrolle übernehmen, Schiedsrichtertätigkeit ausüben - Schiedsrichterentscheidungen akzeptieren <p>Verantwortung für den Einzelnen, die Gemeinschaft, die Umwelt, für den Erfolg einer Handlungssituation übernehmen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitsaufgaben wahrnehmen, auf körperliche Unversehrtheit anderer achten - Schiedsrichtertätigkeit übernehmen, Mannschaften einteilen, sich um Aufbau von Geräten kümmern, eigene Anliegen/Interessen situationsangepasst zurückstellen oder einbringen - geeignete Bewegungsräume wählen und pfleglich nutzen 	<p>Kritikfähigkeit entwickeln – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - eigene Meinung, Zufriedenheit und Unzufriedenheit artikulieren; - Kritik auf der Grundlage von Kriterien sachlich begründen <p>Niederlage und Sieg in Wettkampfsituationen akzeptieren und konstruktiv damit umgehen, nach Verbesserungsmöglichkeiten suchen; Freude am Spiel um des Spielens willen entwickeln</p> <p>Offenheit für andere Menschen, neue Anforderungen und veränderte Situationen zeigen</p> <p>Risikobereitschaft: Risikosituationen bewusst beurteilen und kalkulierte Handlungsentscheidungen treffen</p> <p>Selbsteinschätzung lernen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fähigkeiten realistisch und differenziert beurteilen und sich dem eigenen Könnensniveau angemessene Anforderungen suchen - den persönlichen Lerntyp in seinen Eigenheiten akzeptieren - Leistungsverbesserungen wahrnehmen, Schwächen anerkennen - Selbstkritik im Hinblick auf Aufgabenziel: Habe ich bestmöglich im Sinne der Zielstellung gehandelt? - Reflexion eigener Vorstellungen, Werte und Handlungsweisen: Wie will ich sein? War ich so, wie ich es mir vorgenommen hatte? <p>Selbstverantwortung lernen – z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> - für die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden - für die Einhaltung von Absprachen, Arbeitsaufträgen usw. - für die Bereitstellung der notwendigen Arbeitsmaterialien (Sportkleidung, ...) - Handlungsentscheidungen bewusst und überlegt treffen, dabei dem eigenen Urteil vertrauen - persönliche Ziele setzen, selbstständig und beharrlich anstreben, Anstrengungsbereitschaft zeigen - Lösungen für eigene Probleme suchen, Misserfolge konstruktiv nutzen - Rückmeldungen/Kritik/Hilfe von anderen annehmen und konstruktiv zur Weiterentwicklung nutzen

Soziale Kompetenz (eigene Ziele in Einklang bringen mit denen anderer Menschen)	Personale Kompetenz (Selbstwahrnehmung, Reflexion des eigenen Lernweges, Selbstverantwortung lernen)
	Selbstvertrauen und Erfolgszuversicht entwickeln, Erfolge wahrnehmen und genießen Selbstwahrnehmung verfeinern – z.B. - seinen Körper sensibel wahrnehmen - Gefühle in und nach Bewegungssituationen wahrnehmen und verbalisieren: „Wie geht es mir?“ Teambereitschaft: je nach Situation Stärkere/r oder Schwächere/r sein; führen <i>und</i> sich einordnen

7.5 Prüfungsaufgabe mit reflexiven Anteilen

In Vorbereitung auf die Anforderungen der Sek. II absolviert jede/r Schüler/in im Verlauf eines Schuljahres mindestens eine LEK mit reflexiven Anteilen, so dass sichergestellt ist, dass die angestrebte Ausbildung dieser Kompetenzen nachweisbar erfolgt.

[BEWERTUNG: zwei Noten 50 % - 50 %? Wird noch im Fachbereich erörtert]

Folgende Aufgabenarten und –inhalte sind möglich:

Aufgabenart	Inhalt	Beispiele
Demonstration	Demonstration einer sportlichen Fertigkeit oder einer taktischen Variante nach vorgegebenen Kriterien und anschließende mündl./schrift. Stellungnahme/Eigenbewertung.	z. B. Technikdemonstration einer sportartspezifischen Technik (unteres Zuspiel beim Volleyball)
Situative Anwendung	Aufgaben, in denen Bewegungsfertigkeiten in vorgegebenen Situationen angewendet werden und anschließende mündl./schrift. Stellungnahme/Eigenbewertung.	z. B. Spielsituation mit Vorgabe beim Streetball lösen.
Kooperation	Aufgaben, die kooperatives Handeln erfordern und anschließende mündl. /schrift. Stellungnahme / Eigenbewertung.	z. B. PA und GA im Gerätturnen/Gymnastik/Tanz
Gestaltung	Aufgaben, die begründete Gestaltungsentscheidungen fordern und anschließende mündl./schrift. Stellungnahme/Eigenbewertung.	z. B. Kürübung im Turnen; Choreografie im Tanzen

Aufgabenart	Inhalt	Beispiele
Planung	Aufgaben, in denen eine sportliche Handlungssituation geplant, vollzogen, auch für andere organisiert wird und anschließende mündl./schrift. Stellungnahme/Eigenbewertung	z. B. Planung und Durchführung einer Unterrichtsphase (Erwärmung, Turnierleitung, Wettkampfspiel)
Beobachtung / Analyse	Aufgaben, in denen eine sportliche Handlung vollzogen und analysiert wird und darauf aufbauend ein Handlungsplan erstellt wird.	Beobachten, Analysieren und Korrigieren von sportlichen Bewegungen (Technik und Taktik) z. B. mit Hilfe von Kriterien zur Beobachtung.

8. Bewertungstabellen

Um den entwicklungsphysiologischen Bedingungen der Schüler/innen der Schnellläuferklassen in der 9. Klasse gerecht zu werden, gelten für diese Schülergruppe in der 9. Klasse die Bewertungstabellen der Klasse 8.

8.1 Bewertungstabellen Jungen

5. Klasse

Note	50m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 80g
1	8,3	3,50	1,08	35
2.	8,7	3,25	1,01	29
3	9,2	3,00	0,94	24
4	10,2	2,75	0,87	19
5	11,2	2,50	0,80	13

6. Klasse

Note	50m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 80g	Ballwurf 200g
1	8,0	3,75	1,15	41	39
2.	8,5	3,50	1,08	35	33
3	9,0	3,25	1,01	30	27
4	10,0	3,00	0,94	25	21
5	11,0	2,75	0,87	20	15

7. Klasse

Note	75m	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 4kg
1	11,0		4,00	1,23	43	7,00
2.	12,0		3,70	1,15	36	6,05
3	13,0		3,40	1,07	29	5,10
4	14,0		3,00	0,99	22	4,15
5	15,0		2,60	0,91	15	3,20

8. Klasse

Note	75m	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 4kg
1	10,8	14,2	4,30	1,30	49	7,70
2.	11,8	15,1	4,00	1,22	41	6,75
3	12,8	16,0	3,70	1,14	33	5,80
4	13,8	16,9	3,30	1,06	25	4,85
5	14,8	17,8	2,90	0,98	17	3,90

9. Klasse

Note	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 5kg
1	13,6	4,70	1,39	55	8,50
2.	14,5	4,40	1,31	46	7,55
3	15,4	4,10	1,23	37	6,60
4	16,3	3,70	1,15	28	5,65
5	17,2	3,30	1,07	19	4,70

10. Klasse

Note	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 5kg
1	13,0	5,10	1,48	61	9,20
2.	13,9	4,80	1,40	51	8,25
3	14,8	4,50	1,32	41	7,30
4	15,7	4,10	1,24	31	6,35
5	16,6	3,70	1,16	21	5,40

8.2 Bewertungstabellen Mädchen

5. Klasse

Note	50m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 80g
1	8,3	3,30	1,05	23
2	8,8	3,05	0,98	18
3	9,3	2,80	0,91	13
4	10,3	2,55	0,84	8
5	11,3	2,30	0,77	6

6. Klasse

Note	50m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 80g	Ballwurf 200g
1	8,1	3,55	1,12	26	21
2	8,6	3,30	1,05	21	15
3	9,1	3,05	0,98	16	11
4	10,1	2,80	0,91	11	8
5	11,1	2,55	0,84	8	--

7. Klasse

Note	75m	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 3kg
1	11,2	15,2	3,75	1,20	29	6,70
2	12,2	16,1	3,45	1,12	24,5	5,90
3	13,2	17,0	3,15	1,04	20	5,10
4	14,2	17,9	2,75	0,96	15,5	4,30
5	15,2	18,8	2,35	0,88	11	3,50

8. Klasse

Note	75m	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 3kg
1	11,0	15,0	3,85	1,23	30,5	7,00
2	12,0	15,9	3,55	1,15	26	6,20
3	13,0	16,8	3,25	1,07	21,5	5,40
4	14,0	17,7	2,85	0,99	17	4,60
5	15,0	18,6	2,45	0,91	12,5	3,80

9. Klasse

Note	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 4kg
1	14,8	3,95	1,26	32	6,80
2	15,7	3,65	1,18	27,5	6,00
3	16,6	3,35	1,10	23	5,20
4	17,5	2,95	1,02	18,5	4,40
5	18,4	2,55	0,94	14	3,60

10. Klasse

Note	100m	Weitsprung	Hochsprung	Ballwurf 200g	Kugel 4kg
1	14,6	4,05	1,29	33,5	7
2	15,5	3,75	1,21	29	6,20
3	16,4	3,45	1,13	24,5	5,40
4	17,3	3,05	1,05	20	4,60
5	18,2	2,65	0,97	15,5	3,80

8.3 Bewertungstabelle Ausdauer Jungen

In den Klassenstufen 5 und 6 ist im Bereich Ausdauer die Steigerung des Laufumfangs immer den Tempoläufen vorzuziehen.

5. Klasse

Note	Minutenlauf	800m	1000m	2000m	3000m
1	26	3:30	4:15	8:45	13:40
2	21	3:45	4:35	9:30	14:30
3	16	4:00	5:12	10:15	15:20
4	11	4:25	6:10	11:45	16:50
5	8	4:55	7:30	13:15	18:20

6. Klasse

Note	Minutenlauf	800m	1000m	2000m	3000m
1	30	3:05	4:05	8:30	13:20
2	24	3:20	4:25	9:15	14:10
3	18	3:40	5:02	10:00	15:00
4	12	4:10	5:50	11:30	16:30
5	9	4:40	6:55	13:00	18:00

7. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2600		3:44	8:10	12:50
2	2300		4:04	8:55	13:40
3	2000		4:24	9:40	14:30
4	1650		4:44	11:10	16:00
5	1250		5:04	12:40	17:30

8. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2650		3:36	7:50	12:20
2	2350		3:56	8:35	13:10
3	2050		4:16	9:20	14:00
4	1700		4:36	10:50	14:30
5	1350		4:56	12:20	17:00

9. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2700		3:28	7:30	11:50
2	2400		3:48	8:15	12:40
3	2100		4:08	9:00	13:30
4	1750		4:28	10:30	15:00
5	1550		4:48	12:00	16:30

10. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2750		3:20	7:10	11:20
2	2450		3:40	7:55	12:10
3	2150		4:00	8:40	13:00
4	1800		4:20	10:01	14:30
5	1600		4:40	11:40	16:00

8.4 Bewertungstabelle Ausdauer Mädchen

In den Klassenstufen 5 und 6 ist im Bereich Ausdauer die Steigerung des Laufumfangs immer den Tempoläufen vorzuziehen.

5. Klasse

Note	Minutenlauf	800m	1000m	2000m	3000m
1	26	3:45	4:30	9:30	14:30
2	21	4:00	4:50	10:20	15:25
3	16	4:20	5:27	11:30	16:35
4	11	4:55	6:25	12:55	18:05
5	8	5:35	7:45	14:20	19:35

6. Klasse

Note	Minutenlauf	800m	1000m	2000m	3000m
1	30	3:20	4:15	9:20	14:10
2	24	3:35	4:40	10:10	15:05
3	18	3:55	5:17	11:15	16:10
4	12	4:25	6:05	12:40	17:40
5	9	4:55	7:10	14:10	19:10

7. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2100	3:07	4:10	9:10	13:50
2	1900	3:27	4:35	10:00	14:45
3	1600	3:47	5:00	11:00	15:50
4	1400	4:07	5:25	12:30	17:20
5	1050	4:27	5:50	14:00	18:50

8. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2200	3:04	4:04	9:00	13:30
2	2000	3:24	4:29	9:50	14:25
3	1700	3:44	4:54	10:50	15:30
4	1500	4:04	5:19	12:20	17:00
5	1150	4:24	5:44	13:50	18:30

9. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2300	3:01	3:58	8:50	13:10
2	2100	3:21	4:23	9:40	14:05
3	1800	3:41	4:48	10:40	15:10
4	1600	4:01	5:13	12:10	16:40
5	1250	4:21	5:38	13:40	18:10

10. Klasse

Note	Cooper-Test in m	800m	1000m	2000m	3000m
1	2400	2:58	3:52	8:40	11:50
2	2200	3:18	4:17	9:30	13:45
3	1900	3:38	4:42	10:30	14:50
4	1700	3:58	5:07	12:00	16:20
5	1350	4:18	5:32	13:30	17:50

Vorschlag einer Benotung „Geräteturnen“

für die Klassenstufen 7 – 10 (nach U. Fröhlich)
[Beschlussfassung steht noch aus]

1. Geturnt werden selbst zusammengestellte Kürübungen.
2. Die Anzahl der Übungsteile ist der unten stehenden Liste „Anzahl der Übungsteile“ zu entnehmen.
3. Die Übungsteile sind der Wettkampfkarte der Bundesjugendspiele zu entnehmen.
4. Die Gesamtpunktzahl der Übung ergibt sich aus folgenden beiden Einzelsummen:
(A) Gesamtpunktzahl der Grundpunkte pro geturntes Übungsteil
(B) Die für die **gesamte Übung** gegebenen Ausführungspunkte (**1-10**)

Beispiel: (A) = 4+4+3+2 = 13 Punkte

(B)= 5 Punkte

Summe: (A) + (B) = 18 Punkte

5. Sollten nur **einzelne Übungsteile ohne Verbindung** geturnt werden, so sind nur die Grundpunkte pro Übungsteil zu berechnen, die Ausführungspunkte entfallen.
6. Die Benotung kann aus der „Punkte-Noten-Umrechnungstabelle“ erlesen werden.

Gerät	Boden	<i>Barren</i>	Reck/Bal- ken	Sprung
Übungsteile	3 – 6	3 – 6	3 – 7	4 (max. 2 am Mi- nitrapolin)

Liste: Anzahl der Übungsteile

Note / Klasse	7. Klasse	8. Klasse	9. Klasse	10. Klasse
Sehr gut	25	27	29	31
Gut	21	23	25	26
Befriedigend	17	19	20	21
Ausreichend	13	15	16	16
Mangelhaft	9	11	11	11
Ungenügend	8	10	10	10

Liste: Punkte-Noten-Umrechnungstabelle

