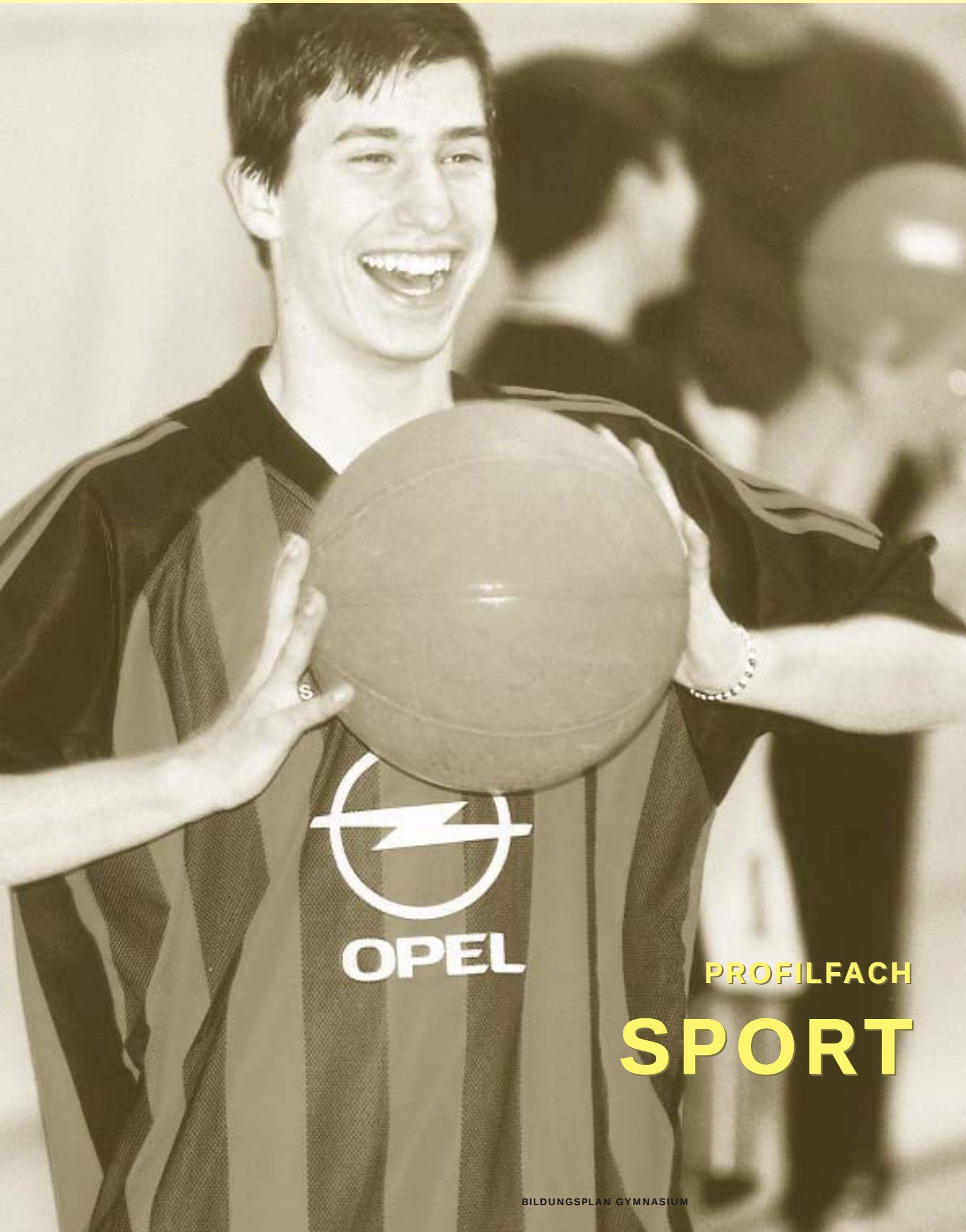

PROFILFACH SPORT

I. Leitgedanken zum Kompetenzerwerb

Der Sportunterricht macht den Schülerinnen und Schülern Bewegung als Lebensprinzip bewusst und motiviert sie damit zu lebenslangem Sporttreiben (Erziehung zum Sport).
Dazu vermittelt er grundlegende Fähigkeiten und motorische Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen.
Vor dem Hintergrund einer Umwelt, die den Schülerinnen und Schülern immer weniger natürliche Bewegungsanlässe bietet, kommt der altersgemäßen Förderung von Gesundheitsbewusstsein und Fitness eine herausragende Bedeutung zu. Individuelle Leistungsfortschritte und Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit führen zu einem positiven Körpergefühl und zur Stärkung der Persönlichkeit (Erziehung durch Sport).

Aus diesen Zielsetzungen ergeben sich unterschiedliche Handlungsfelder, aus denen Einstellungen, Erfahrungen und Kompetenzen entwickelt werden.
Die Schülerinnen und Schüler

- erleben und entwickeln Freude an der sportlichen Bewegung;
- wissen um die Bedeutung von Bewegung für das eigene Wohlbefinden und eine gesunde Entwicklung und sind sich über die gesundheitsfördernde Wirkung von Bewegung und Sport bewusst;
- verbessern ihre motorische und konditionelle Leistungsfähigkeit und können diese richtig einschätzen;
- erfahren, dass Anstrengung und Leistung lohnenswerte Ziele sind;
- erweitern ihre Bewegungs- und Körpererfahrungen und verbessern ihre Wahrnehmungsfähigkeit;
- können Risiken abschätzen, sind bereit etwas zu wagen und können Sicherheitsmaßnahmen treffen;
- können kreativ handeln und sich kreativ über ihren Körper ausdrücken;
- können bei sportlichen Aktivitäten miteinander kooperieren und in Wettkampf treten. Dabei zeigen sie Fairness und die Bereitschaft, Konflikte zu bewältigen;
- lernen sozialen Ausgrenzungen entgegenzutreten.

Schulsport ist mehr als Sportunterricht. Er bildet ein wesentliches Element zur Gestaltung des Schullebens. Bewegung, Spiel und Sport als Unterrichtsprinzipien umfassen zum Beispiel 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.
In einem mehrperspektivischen Sportunterricht werden den Schülerinnen und Schülern die verschiedenen Sinnrichtungen des sportlichen Handelns zugänglich gemacht und mit ihrer persönlichen Erfahrungs- und Erlebniswelt verknüpft. Dabei dienen die Inhalte des Sportunterrichts als Medium, die verschiedenen Perspektiven zu realisieren.
Die Mehrperspektivität des Sportunterrichts gewährleistet den Erwerb einer umfassenden Handlungskompetenz und ermöglicht jeder Schülerin und jedem Schüler, eine individuelle Sinngebung für das Sporttreiben zu finden.
Die altersgemäße Förderung der konditionellen Fähigkeiten, insbesondere der Ausdauer und Kraft als Grundlage der allgemeinen Fitness sowie der koordinativen Fähigkeiten, steht in allen Klassenstufen im Mittelpunkt des Sportunterrichts.

STUFENSPEZIFISCHE HINWEISE KLASSE 6

Das Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot der Grundschule wird weitergeführt und sowohl quantitativ als auch qualitativ erweitert.
Der Schwerpunkt des Sportunterrichts in Klasse 5 und 6 liegt auf der Schulung und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten und der Ausbildung sportmotorischer und sportartspezifischer Grundlagen.
Entdeckendes Lernen und eigene Lernerfahrungen sind ein wichtiger Bestandteil des Unterrichts.
Einfache organisatorische Aufgaben werden den Schülerinnen und Schülern frühzeitig übertragen.
Sowohl koedukativer Sportunterricht als auch Unterricht in getrennten Sportgruppen ermöglichen die Realisierung sinnvoller pädagogischer Zielsetzungen.

STUFENSPEZIFISCHE HINWEISE KLASSE 8

Die bisher erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse werden gefestigt, vertieft, erweitert und optimiert. Aufgrund der körperlichen Entwicklung in dieser Altersstufe ist das Trainieren konditioneller Fähigkeiten besonders lohnend.
Durch heterogene Entwicklungsverläufe entstehen große körperliche Unterschiede. Die Unterschiede in der Einstellung zur Bewegung und zum Sporttreiben werden in dieser Jahrgangsstufe besonders deutlich. Der Sportunterricht muss unterschiedliche Interessen und Bedürfnisse durch Individualisierung und Differenzierung berücksichtigen.
Der Sportunterricht wird so gestaltet, dass Mädchen und Jungen ihre Fähigkeiten ohne Benachteiligung entwickeln können. Daher wird der Unterricht in der Regel in geschlechtergetrennten Sportgruppen organisiert. Im Rahmen von Projekten, Landheimaufenthalten und geeigneten Unterrichtseinheiten können die pädagogischen Chancen, die eine koedukative Erziehung bietet, genutzt werden.
Auf der Basis der motorischen Erfahrungen im Grundlagenbereich werden nun die sportartspezifischen Fertigkeiten weiterentwickelt. Die Schülerinnen und Schüler lernen die unterschiedlichen Sportarten fundierter kennen und erhalten damit eine Orientierungshilfe für das Sporttreiben im außerschulischen Bereich.
Um den Schülerinnen und Schülern eine Auswahl im Hinblick auf die Oberstufe zu ermöglichen, werden aus den Sportbereichen II und III jeweils mindestens drei Sportarten sowie eine oder zwei Sportarten aus dem Sportbereich IV angeboten.
Die konditionellen Fähigkeiten Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Schnelligkeit und die Weiterentwicklung aller koordinativen Fähigkeiten bleiben weiterhin ein zentraler Bestandteil des Unterrichts.

Der Bereich Fachkenntnisse bietet die Möglichkeit, die Schülerinnen und Schüler in die Lage zu versetzen, ihr Sporttreiben zunehmend selbstständig zu organisieren und durchzuführen.

Sportbereich I:	Fachkenntnisse	
Sportbereich II:	GT, GYM, LA, SW	mindestens 3 Sportarten
Sportbereich III:	BB, FB HB,VB	mindestens 3 Sportarten
Sportbereich IV:	Sportarten aus dem offiziellen Schulsportwettkampfprogramm	2 Sportarten

Trendsportarten (zum Beispiel Inline-Skating, Klettern) können im Rahmen des Schulcurriculums einer Schule angeboten werden.

GT: Gerätturnen
GYM: Gymnastik/Tanz
LA: Leichtathletik
SW: Schwimmen
BB: Basketball
FB: Fußball
HB: Handball
VB: Volleyball

STUFENSPEZIFISCHE HINWEISE KLASSE 10

Die bisher erworbenen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten werden weiter vertieft, variiert und optimiert. Ausgehend von der Praxis werden entscheidende Phasen in Bewegungsabläufen herausgearbeitet und deren funktionale Bedeutung erkannt. Die Schüler durchschauen die biologischen Zusammenhänge zwischen körperlicher Belastung und sportlicher Leistung. So gewinnen sie Einsicht in die Notwendigkeit von beständigem Üben und Trainieren.

Das wachsende Interesse der Schülerinnen und Schüler an einer Auseinandersetzung mit der eigenen Körperlichkeit legt in diesen Jahrgangsstufen die Behandlung körper- und gesundheitsbezogener Themen nahe. Dies schließt auch die kritische Auseinandersetzung mit Körperidealen ein.

Der Unterricht wird in der Regel in geschlechtergetrennten Sportgruppen organisiert.

Im Rahmen von Projekten, Landheimaufenthalten und geeigneten Unterrichtseinheiten können die pädagogischen Ziele eines koedukativen Unterrichts verfolgt werden.

Die Schülerinnen und Schüler erhalten Gelegenheit, auf der Basis grundlegender sportlicher Fähigkeiten und Fertigkeiten inhaltliche Schwerpunkte zu setzen, um auf ein individuelles Leistungsoptimum hin zu arbeiten. Diese tragen ihren Neigungen und Interessen Rechnung und geben ihnen Entscheidungshilfen für die Sportartenwahl in der Oberstufe.

Die Förderung der konditionellen Fähigkeiten, insbesondere der Ausdauer und Kraft als Grundlage der allgemeinen Fitness sowie der koordinativen Fähigkeiten, steht auch in dieser Klassenstufe im Mittelpunkt des Sportunterrichts.

Die Schülerinnen und Schüler des Sportprofils nehmen an einer schulinternen Ausbildung zum Schulsportmentor teil.

Um eine Auswahl für die Kurswahl zu ermöglichen, sollen sowohl aus Sportbereich II als auch aus Sportbereich III mindestes drei Sportarten angeboten werden. In Sportbereich IV werden 2 Sportarten unterrichtet.

Sportbereich I:	Fachkenntnisse	
Sportbereich II:	GT, GYM, LA, SW	mindestens 3 Sportarten
Sportbereich III:	BB, FB HB,VB	mindestens 3 Sportarten
Sportbereich IV:	Sportarten aus dem offiziellen Schulsportwettkampfprogramm	2 Sportarten

Trendsportarten (zum Beispiel Inline-Skating, Klettern) können im Rahmen des Schulcurriculums einer Schule angeboten werden.

Die Schülerinnen und Schüler sammeln Wettkampferfahrung in verschiedenen Sportarten.

II. Kompetenzen und Inhalte

KLASSE 6

1. GRUNDFORMEN DER BEWEGUNG

Die Schülerinnen und Schüler können

- in den Bereichen Laufen, Springen und Werfen die fundamentalen Bewegungen ausführen und altersgemäße disziplinspezifische Fertigkeiten in unterschiedlichen Variationen und Situationen anwenden;
- unterschiedliche Geräte überwinden, darauf balancieren und sich darauf stützen und in ihrer natürlichen Umgebung hangeln, klettern, schwingen, hängen;
- die fundamentalen Grundformen wie Auf- und Umschwingen, Rollen, Springen, Überschlagen in altersgemäßen Formen ausführen;
- die wichtigen Technikmerkmale der erlernten disziplinspezifischen Fertigkeiten nennen;
- die Hauptfehler in Bewegungsabläufen sportlicher Bewegungen ihrer Mitschüler erkennen und nennen;
- variantenreich, kontrolliert und sicher rollen und fallen;
- zwei Schwimmarten in Grobform ausführen;
- schnell schwimmen und sich ausdauernd im Wasser bewegen;
- tauchen, gleiten, schweben, springen;
- sich rhythmisch, dynamisch und raumorientiert, mit Partner/Partnerin oder Gruppe sowohl mit als auch ohne Gerät bewegen;
- ausgewählte Bewegungsverbindungen mitgestalten und gemeinsam darbieten.

Außerdem besitzen sie Erfahrungen in der Auseinandersetzung mit einem Partner wie zum Beispiel bei Zieh-, Kampf- oder Raufspielen.

2. SPIELEN – SPIEL

Die Schülerinnen und Schüler können

- die bisher erworbenen spielspezifischen Fertigkeiten in verfeinerter Form ausführen;
- einfache Spielsituationen erkennen und angemessen agieren;
- spielspezifische Handlungen in Angriff und Abwehr realisieren;
- mit- und gegeneinander spielen;
- Spielregeln verstehen, entwickeln und akzeptieren.
- Spiele mit vereinfachtem Regelwerk mit und ohne Schiedsrichter organisieren;
- eigene Spiele erfinden und diese auf ihre Bedürfnisse abändern.

3. FITNESS UND GESUNDHEIT

Die Schülerinnen und Schüler können

- die grundlegenden hygienischen Maßnahmen im Sport anwenden und wissen um die Notwendigkeit sportgerechter Kleidung;
- Körpersignale und -reaktionen deuten;
- den Zusammenhang zwischen Belastung/Anspannung und Erholung/Entspannung erkennen und diese Erkenntnisse in ihrem sportlichen Handeln anwenden;
- eine ausdauernde Belastung zeitlich einteilen und durchhalten.

Außerdem haben sie ihre Fitness verbessert.

KLASSE 8

1. SPORTBEREICH I: FACHKENNTNISSE

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsverwandtschaften benennen und beschreiben;
- Bewegungsabläufe beschreiben;
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern beschreiben und anwenden;
- Geräte auf- und abbauen;
- die Regeln der unterrichteten Sportarten in grundlegender Form benennen;
- die Reaktionen und Anpassungserscheinungen des Körpers bei Belastung nennen;
- die grundlegenden taktischen Maßnahmen in den Mannschaftssportarten nennen.

2. SPORTBEREICH II: INDIVIDUALSPORTARTEN

Die Schülerinnen und Schüler können

- in den leichtathletischen Disziplinen jeweils eine alters- und schülergemäße Technik ausführen;
- eine weitere Technik aus der Wurf- oder Stoßdisziplin ausführen;
- eine weitere Technik aus der Sprungdisziplin ausführen;
- längere Läufe absolvieren und eine Ausdauerleistung erbringen;
- einen leichtathletischen Mehrkampf bestehend aus Kurzstrecke, Sprung- und Wurfdisziplin absolvieren;
- auf der Basis der in Klasse 5 und 6 erlernten turnerischen Grundformen an drei Geräten alters- und schülergemäße Fertigkeiten sowie einfache akrobatische Figuren und normfreie Bewegungen ausführen;
- die gymnastischen Grundformen sowie einen Tanzstil in einfacher Form umsetzen;
- mit zwei Handgeräten umgehen;
- die erlernten Bewegungsfertigkeiten zu einer Übung nach choreografischen Gesichtspunkten verbinden und diese präsentieren;
- in zwei Schwimmtechniken schwimmen und haben eine weitere kennen gelernt;
- eine längere Strecke ohne Pause schwimmen.

3. SPORTBEREICH III: MANNSCHAFTSSPORTARTEN

Die Schülerinnen und Schüler können

- den zu Grunde liegenden Spielgedanken erfassen und ihn im Spiel umsetzen;
- die wesentlichen spielspezifischen Handlungen in Angriff und Abwehr umsetzen;
- die erworbenen Grundtechniken spielspezifisch anwenden.

4. SPORTBEREICH IV

Mannschaftssportarten

Die Schülerinnen und Schüler können

- den zu Grunde liegenden Spielgedanken erfassen und ihn im Spiel umsetzen;
- die wesentlichen spielspezifischen Handlungen in Angriff und Abwehr umsetzen;
- die erworbenen Grundtechniken spielspezifisch anwenden.

Individualsportarten

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Bewegungsabläufe in den gewählten Individualsportarten durchführen.

KLASSE 10

1. SPORTBEREICH I: FACHKENNTNISSE

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Gesetzmäßigkeiten des Trainings in einfacher Form beschreiben;
- grundlegende Sachverhalte aus der Bewegungslehre erklären;
- die Hauptfunktionsphase eines Bewegungsablaufes nennen;
- die Regeln der unterrichteten Sportarten wiedergeben;
- die biologischen Hintergründe der Anpassungserscheinungen des Körpers nach Belastung und Erholung erklären;
- die Möglichkeiten der Leistungssteigerung durch Training erklären;
- die Grundsätze einer Trainingsplanung nennen;
- Grundsätze der sportgerechten Ernährung erklären;
- die Problematik von Drogen und Doping im Sport beschreiben;
- die Problematik des eigenen Sporttreibens in der Natur darlegen;
- Erste Hilfe leisten;
- Schulsportveranstaltungen mitverantwortlich organisieren.

2. SPORTBEREICH II: INDIVIDUALSPORTARTEN

Die Schülerinnen und Schüler können

- die in Klasse 8 gelernten leichtathletischen Techniken anwenden;
- eine weitere Technik aus den Wurf- und Stoßdisziplinen ausführen;
- längere Läufe absolvieren und eine Ausdauerleistung erbringen;
- einen leichtathletischen Mehrkampf bestehend aus Kurzstrecke, Sprung- und Wurfdisziplin absolvieren;
- auf der Basis der in Klasse 7/8 erlernten Fertigkeiten Übungsverbindungen an vier Geräten turnen sowie Figuren aus der Akrobatik und normfreie Bewegungen turnen;
- die gymnastischen Grundformen auf Schulniveau;
- mit einem weiteren Handgerät umgehen und haben den in Klasse 7/8 gelernten Tanzstil verbessert;
- die erlernten Bewegungsfertigkeiten zu einer Übung nach choreografischen Gesichtspunkten verbinden und diese präsentieren.

Die Schülerinnen und Schüler beherrschen zwei Schwimmtechniken und können eine längere Strecke ohne Pause schwimmen.

3. SPORTBEREICH III: MANNSCHAFTSSPORTARTEN

Die Schülerinnen und Schüler können

- spielspezifische Fertigkeiten im gemeinsamen Spiel in einer Mannschaftssportart anwenden;
- gruppen- und mannschaftstaktische Strategien im Spiel umsetzen;
- Spiele entwickeln, organisieren und leiten.

4. SPORTBEREICH IV

Mannschaftssportarten

Die Schülerinnen und Schüler können

- spielspezifische Fertigkeiten im gemeinsamen Spiel in einer Mannschaftssportart anwenden;
- gruppen- und mannschaftstaktische Strategien im Spiel umsetzen;
- Spiele entwickeln, organisieren und leiten.

Individualsportarten

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Techniken in den gewählten Individualsportarten anwenden.