



# **Rahmenlehrplan für die gymnasiale Oberstufe**

## **Teil C**

### **Sport**



## **IMPRESSUM**

### **Erarbeitung**

Das Kerncurriculum dieses Rahmenlehrplans wurde in einem länderübergreifenden Projekt vom Berliner Landesinstitut für Schule und Medien (LISUM), vom Landesinstitut für Schule und Medien Brandenburg (LISUM Bbg) und vom Landesinstitut für Schule und Ausbildung Mecklenburg-Vorpommern (L.I.S.A.) unter Berücksichtigung der jeweiligen landesspezifischen schulrechtlichen Bestimmungen erarbeitet.

Das Kapitel Kurshalbjahre dieses Rahmenlehrplans wurde in einem länderübergreifenden Projekt vom Berliner Landesinstitut für Schule und Medien (LISUM) und vom Landesinstitut für Schule und Medien Brandenburg (LISUM Bbg) erarbeitet.

Die Kapitel Einführungsphase, Sonstige Regelungen sowie Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung wurden vom Berliner Landesinstitut für Schule und Medien (LISUM) erarbeitet.

Das Kapitel Einführungsphase wurde 2010 vom Landesinstitut für Schule und Medien Berlin-Brandenburg (LISUM) überarbeitet.

Das Kapitel 1 des Rahmenlehrplans für den Unterricht in der gymnasialen Oberstufe Sport wird durch den Rahmenlehrplan für die gymnasiale Oberstufe 2021 Teil A und Teil B ersetzt, die als gesonderte Teile vorliegen.

### **Herausgeber**

Herausgeber des Kerncurriculums

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport Berlin

Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg

Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur Mecklenburg-Vorpommern

Herausgeber des Kapitels Kurshalbjahre

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport Berlin

Ministerium für Bildung, Jugend und Sport des Landes Brandenburg

Herausgeber der Kapitel Einführungsphase, Sonstige Regelungen sowie Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport Berlin

Herausgeber für die Teile A und B des Rahmenlehrplans für die gymnasiale Oberstufe 2021  
Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie Berlin

### **Inkraftsetzung**

Dieser Rahmenlehrplan wurde von der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Sport Berlin zum Schuljahr 2006/2007 in Kraft gesetzt.

Die Teile A und B des Rahmenlehrplans für die gymnasiale Oberstufe sind ab dem Schuljahr 2022/2023 hinsichtlich der Regelungen zur Einführungsphase in der gymnasialen Oberstufe und ab dem Schuljahr 2023/2024 hinsichtlich der Regelungen zur Qualifikationsphase in der gymnasialen Oberstufe gültig.

Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie Berlin 2022



<https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/deed.de>

## **Inkraftsetzung der Teile A und B – Fach Sport**

Mit der Inkraftsetzung des neuen Rahmenlehrplans für den Unterricht in der gymnasialen Oberstufe (an Integrierten Sekundarschulen, Gemeinschaftsschulen, Gymnasien, beruflichen Gymnasien, Kollegs und Abendgymnasien) ersetzen die Teile A (Bildung und Erziehung in der gymnasialen Oberstufe) und B (Fachübergreifende Kompetenzentwicklung) des Rahmenlehrplans das bisherige Kapitel 1.

Die fachlichen Vorgaben bleiben unverändert.

Eine Anpassung des Inhaltsverzeichnisses des vorliegenden Fachteils erfolgt im Zuge einer Neuentwicklung und Inkraftsetzung des Fachteiles C für das Fach Sport.

### **Hinweis für die Handhabung des Sammelordners Rahmenlehrpläne der Sek II:**

In allen noch nicht überarbeiteten Fachteilen ist dieses Blatt nach dem blauen Deckblatt des Faches (Registerpappe) einzulegen. Die jeweiligen Kapitel 1 bleiben erhalten. Sie sind zwar außer Kraft gesetzt, gehören aber in der Systematik der Seitennummerierungen zu den Fachplänen.

Nach erfolgter Neufassung der Fachteile C und deren Eingliederung in den Sammelordner ist auch dieses Blatt für das jeweilige Fach zu entnehmen und durch den Fachteil C zu ersetzen.



# Inhaltsverzeichnis

|                       |   |
|-----------------------|---|
| Einführungsphase..... | V |
|-----------------------|---|

## Kerncurriculum für die Qualifikationsphase

|  |    |
|--|----|
| 1 Bildung und Erziehung in der Qualifikationsphase der gymnasialen Oberstufe ..... | 5  |
| 1.1 Grundsätze .....   | 5  |
| 1.2 Lernen und Unterricht .....  | 6  |
| 1.3 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung.....                              | 7  |
| 2 Beitrag des Faches Sport zum Kompetenzerwerb .....                               | 9  |
| 2.1 Fachprofil .....   | 9  |
| 2.2 Fachbezogene Kompetenzen .....   | 11 |
| 3 Eingangsvoraussetzungen und abschlussorientierte Standards .....                 | 13 |
| 3.1 Eingangsvoraussetzungen.....   | 13 |
| 3.2 Abschlussorientierte Standards.....  | 13 |
| 4 Kompetenzen und Inhalte .....  | 16 |
| 4.1 Laufen, Springen, Werfen .....   | 17 |
| 4.2 Spiele .....   | 18 |
| 4.3 Bewegen an und mit Geräten .....   | 19 |
| 4.4 Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten .....                | 20 |
| 4.5 Bewegen im Wasser .....  | 22 |
| 4.6 Mit/gegen Partner kämpfen.....   | 23 |
| 4.7 Fahren, Rollen, Gleiten .....  | 24 |
| 4.8 Fitness .....  | 25 |
| 4.9 Sporttheorie.....  | 26 |

## Ergänzungen

|  |    |
|--|----|
| 5 Kurshalbjahre.....   | 28 |
| 5.1 Grundkursfach.....   | 28 |
| 5.2 Leistungskursfach .....  | 31 |
| 6 Sonstige Regelungen.....   | 32 |
| 6.1 Jahrgangsübergreifender Unterricht.....                        | 32 |
| 6.2 Weitere mögliche Kurse .....                                   | 32 |
| 6.3 Fremdsprachiger Sachfachunterricht .....                       | 32 |
| 7 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung im Fach Sport ..... | 34 |



# Einführungsphase

## Zielsetzung

Im Unterricht der Einführungsphase vertiefen und erweitern die Schülerinnen und Schüler die in der Sekundarstufe I erworbenen Kompetenzen und bereiten sich auf die Arbeit in der Qualifikationsphase vor. Spätestens am Ende der Einführungsphase erreichen sie die für den Eintritt in die Qualifikationsphase gesetzten Eingangsvoraussetzungen.

Die für die Qualifikationsphase beschriebenen Grundsätze für Unterricht und Erziehung sowie die Ausführungen zum Beitrag des Faches zum Kompetenzerwerb gelten für die Einführungsphase entsprechend. Die Schülerinnen und Schüler erhalten die Möglichkeit, Defizite auszugleichen und Stärken weiterzuentwickeln. Sie vertiefen bzw. erwerben fachbezogen und fachübergreifend Grundlagen für wissenschaftspropädeutisches Arbeiten und bewältigen zunehmend komplexe Aufgabenstellungen selbstständig. Hierzu gehören auch die angemessene Verwendung der Sprache und die Nutzung von funktionalen Lesestrategien. Dabei wenden sie fachliche und methodische Kenntnisse und Fertigkeiten mit wachsender Sicherheit selbstständig an. Um ihre Kurswahl wohlüberlegt treffen zu können, machen sie sich mit den unterschiedlichen Anforderungen für das Grundkurs- und Leistungskursfach vertraut. Zur Vorbereitung auf die Arbeit in der jeweiligen Kursform erhalten sie individuelle Lernspielräume und werden von ihren Lehrkräften unterstützt und beraten. Notwendig ist darüber hinaus das Hinführen zur schriftlichen Bearbeitung umfangreicherer Aufgaben im Hinblick auf die Klausuren in der gymnasialen Oberstufe.

Im Zweiten Bildungsweg werden die Eingangsvoraussetzungen aufgrund des Wiedereinstiegs in den Lernprozess nach längerer Pause nur von einem Teil der Hörerinnen und Hörer des Abendgymnasiums bzw. der Kollegiatinnen und Kollegiaten des Kollegs erfüllt. Die Abschlussstandards werden durch binnendifferenziertes Arbeiten sowie Nutzung der größeren Selbstkompetenz erwachsener Lernender erreicht.

## Kompetenzen und Inhalte

Die Entwicklung sportlicher Handlungskompetenz wird im Sportunterricht der Einführungsphase fortgeführt.

Pro Halbjahr sind mindestens zwei Bewegungsfelder verbindlich festzulegen. Innerhalb der Bewegungsfelder sollen die Schülerinnen und Schüler einen Einblick in die Inhalte und Anforderungen der Kurse in der Qualifikationsphase im jeweiligen Bewegungsfeld erhalten.

Eine Ausdauerleistung ist in jedem Halbjahr verpflichtend und dient der Hinführung zum 12-Minuten-Lauf als Teil jeder Kursnote in der Qualifikationsphase. Die Vorbereitung auf diesen Lauf mit begleitenden sporttheoretischen Hinweisen ist verpflichtender Unterrichtsinhalt.

Die Schülerinnen und Schüler können in klassenübergreifenden Lerngruppen unterrichtet werden.



**1**

# Bildung und Erziehung in der Qualifikationsphase der gymnasialen Oberstufe

## 1.1 Grundsätze

In der Qualifikationsphase erweitern und vertiefen die Schülerinnen und Schüler ihre bis dahin erworbenen Kompetenzen mit dem Ziel, sich auf die Anforderungen eines Hochschulstudiums oder einer beruflichen Ausbildung vorzubereiten. Sie handeln zunehmend selbstständig und übernehmen Verantwortung in gesellschaftlichen Gestaltungsprozessen. Die Grundlagen für das Zusammenleben und -arbeiten in einer demokratischen Gesellschaft und für das friedliche Zusammenleben der Völker sind ihnen vertraut. Die Lernenden erweitern ihre interkulturelle Kompetenz und bringen sich im Dialog und in der Kooperation mit Menschen unterschiedlicher kultureller Prägung aktiv und gestaltend ein. Eigene und gesellschaftliche Perspektiven werden von ihnen zunehmend sachgerecht eingeschätzt. Die Lernenden übernehmen Verantwortung für sich und ihre Mitmenschen, für die Gleichberechtigung der Menschen ungeachtet des Geschlechts, der Abstammung, der Sprache, der Herkunft, einer Behinderung, der religiösen und politischen Anschauungen, der sexuellen Identität und der wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Stellung. Im Dialog zwischen den Generationen nehmen sie eine aktive Rolle ein. Sie setzen sich mit wissenschaftlichen, technischen, rechtlichen, politischen, sozialen und ökonomischen Entwicklungen auseinander, nutzen deren Möglichkeiten und schätzen Handlungsspielräume, Perspektiven und Folgen zunehmend sachgerecht ein. Sie gestalten Meinungsbildungsprozesse und Entscheidungen mit und eröffnen sich somit vielfältige Handlungsalternativen.

Der beschleunigte Wandel einer von Globalisierung geprägten Welt erfordert ein dynamisches Modell des Kompetenzerwerbs, das auf lebenslanges Lernen und die Bewältigung vielfältiger Herausforderungen im Alltags- und Berufsleben ausgerichtet ist. Hierzu durchdringen die Schülerinnen und Schüler zentrale Zusammenhänge grundlegender Wissensbereiche, erkennen die Funktion und Bedeutung vielseitiger Erfahrungen und lernen, vorhandene sowie neu erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten miteinander zu verknüpfen. Die Lernenden entwickeln ihre Fähigkeiten im Umgang mit Sprache und Wissen weiter und setzen sie zunehmend situationsangemessen, zielorientiert und adressatengerecht ein.

**Kompetenz-  
erwerb**

Die Eingangsvoraussetzungen verdeutlichen den Stand der Kompetenzentwicklung, den die Lernenden beim Eintritt in die Qualifikationsphase erreicht haben sollten. Mit entsprechender Eigeninitiative und gezielter Förderung können auch Schülerinnen und Schüler die Qualifikationsphase erfolgreich absolvieren, die die Eingangsvoraussetzungen zu Beginn der Qualifikationsphase noch nicht im vollen Umfang erreicht haben.

**Standard-  
orientierung**

Mit den abschlussorientierten Standards wird verdeutlicht, über welche fachlichen und überfachlichen Kompetenzen die Schülerinnen und Schüler im Abitur verfügen müssen. Die Standards bieten damit Lernenden und Lehrenden Orientierung für erfolgreiches Handeln und bilden einen wesentlichen Bezugspunkt für die Unterrichtsgestaltung, für das Entwickeln von Konzepten zur individuellen Förderung sowie für ergebnisorientierte Beratungsgespräche.

Für die Kompetenzentwicklung sind zentrale Themenfelder und Inhalte von Relevanz, die sich auf die Kernbereiche der jeweiligen Fächer konzentrieren und sowohl fachspezifische als auch überfachliche Zielsetzungen deutlich werden lassen. So erhalten die Schülerinnen und Schüler Gelegenheit zum exemplarischen Lernen und zum Erwerb einer vertieften und erweiterten allgemeinen sowie wissenschaftspropädeutischen Bildung. Dabei wird stets der Bezug zur Erfahrungswelt der Lernenden und zu den Herausforderungen an die heutige sowie perspektivisch an die zukünftige Gesellschaft hergestellt.

**Themenfelder  
und Inhalte**

Die Schülerinnen und Schüler entfalten anschlussfähiges und vernetztes Denken und Handeln als Grundlage für lebenslanges Lernen, wenn sie die in einem Lernprozess erworbenen Kompetenzen auf neue Lernbereiche übertragen und für eigene Ziele und Anforderungen in Schule, Studium, Beruf und Alltag nutzbar machen können.

Diesen Erfordernissen trägt das Kerncurriculum durch die Auswahl der Themenfelder und Inhalte Rechnung, bei der nicht nur die Systematik des Faches, sondern vor allem der Beitrag zum Kompetenzerwerb berücksichtigt werden.

## **Schulinternes Curriculum**

Das Kerncurriculum ist die verbindliche Basis für die Gestaltung des schulinternen Curriculums, in dem der Bildungs- und Erziehungsauftrag von Schule standortspezifisch konkretisiert wird. Dazu werden fachbezogene, fachübergreifende und fächerverbindende Entwicklungsschwerpunkte sowie profilbildende Maßnahmen festgelegt.

Die Kooperation innerhalb der einzelnen Fachbereiche ist dabei von ebenso großer Bedeutung wie fachübergreifende Absprachen und Vereinbarungen. Beim Erstellen des schulinternen Curriculums werden regionale und schulspezifische Besonderheiten sowie die Neigungen und Interessenlagen der Lernenden einbezogen. Dabei arbeiten alle an der Schule Beteiligten zusammen und nutzen auch die Anregungen und Kooperationsangebote externer Partner.

Zusammen mit dem Kerncurriculum nutzt die Schule das schulinterne Curriculum als ein prozessorientiertes Steuerungsinstrument im Rahmen von Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung. Im schulinternen Curriculum werden überprüfbare Ziele formuliert, die die Grundlage für eine effektive Evaluation des Lernens und des Unterrichts in der Qualifikationsphase bilden.

## **1.2 Lernen und Unterricht**

### **Mitverantwortung und Mitgestaltung von Unterricht**

Lernen und Lehren in der Qualifikationsphase müssen dem besonderen Entwicklungsabschnitt Rechnung tragen, in dem die Jugendlichen zu jungen Erwachsenen werden. Dies geschieht vor allem dadurch, dass die Lernenden Verantwortung für den Lernprozess und den Lernerfolg übernehmen und sowohl den Unterricht als auch das eigene Lernen aktiv selbst gestalten.

### **Lernen als individueller Prozess**

Beim Lernen konstruiert jede Einzelne/jeder Einzelne ein für sich selbst bedeutsames Abbild der Wirklichkeit auf der Grundlage ihres/seines individuellen Wissens und Könnens sowie ihrer/seiner Erfahrungen und Einstellungen.

Dieser Tatsache wird durch eine Lernkultur Rechnung getragen, in der sich die Schülerinnen und Schüler ihrer eigenen Lernwege bewusst werden, diese weiterentwickeln sowie unterschiedliche Lösungen reflektieren und selbstständig Entscheidungen treffen. So wird lebenslanges Lernen angebahnt und die Grundlage für motiviertes, durch Neugier und Interesse geprägtes Handeln ermöglicht. Fehler und Umwege werden dabei als bedeutsame Bestandteile von Erfahrungs- und Lernprozessen angesehen.

### **Phasen des Anwendens**

Neben der Auseinandersetzung mit dem Neuen sind Phasen des Anwendens, des Übens, des Systematisierens sowie des Vertiefens und Festigens für erfolgreiches Lernen von großer Bedeutung. Solche Lernphasen ermöglichen auch die gemeinsame Suche nach Anwendungen für neu erworbenes Wissen und verlangen eine variantenreiche Gestaltung im Hinblick auf Übungssituationen, in denen vielfältige Methoden und Medien zum Einsatz gelangen.

### **Lernumgebung**

Lernumgebungen werden so gestaltet, dass sie das selbst gesteuerte Lernen von Schülerinnen und Schülern fördern. Sie unterstützen durch den Einsatz von Medien sowie zeitgemäßer Kommunikations- und Informationstechnik sowohl die Differenzierung individueller Lernprozesse als auch das kooperative Lernen. Dies trifft sowohl auf die Nutzung von multimedialen und netzbasierten Lernarrangements als

auch auf den produktiven Umgang mit Medien zu. Moderne Lernumgebungen ermöglichen es den Lernenden, eigene Lern- und Arbeitsziele zu formulieren und zu verwirklichen sowie eigene Arbeitsergebnisse auszuwerten und zu nutzen.

Die Integration geschlechtsspezifischer Perspektiven in den Unterricht fördert die Wahrnehmung und Stärkung der Lernenden mit ihrer Unterschiedlichkeit und Individualität. Sie unterstützt die Verwirklichung von gleichberechtigten Lebensperspektiven. Die Schülerinnen und Schüler werden bestärkt, unabhängig von tradizierten Rollenfestlegungen Entscheidungen über ihre berufliche und persönliche Lebensplanung zu treffen.

Durch fachübergreifendes Lernen werden Inhalte und Themenfelder in größerem Kontext erfasst, außerfachliche Bezüge hergestellt und gesellschaftlich relevante Aufgaben verdeutlicht. Die Vorbereitung und Durchführung von fächerverbindenden Unterrichtsvorhaben und Projekten fördern die Zusammenarbeit der Lehrkräfte und ermöglichen allen Beteiligten eine multiperspektivische Wahrnehmung.

Im Rahmen von Projekten, an deren Planung und Organisation sich die Schülerinnen und Schüler aktiv beteiligen, werden über Fächergrenzen hinaus Lernprozesse vollzogen und Lernprodukte erstellt. Dabei nutzen Lernende überfachliche Fähigkeiten und Fertigkeiten auch zum Dokumentieren und Präsentieren. Auf diese Weise bereiten sie sich auf das Studium und ihre spätere Berufstätigkeit vor.

Außerhalb der Schule gesammelte Erfahrungen, Kenntnisse und erworbene Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler werden in die Unterrichtsarbeit einbezogen. Zur Vermittlung solcher Erfahrungen werden ebenso die Angebote außerschulischer Lernorte, kultureller oder wissenschaftlicher Einrichtungen sowie staatlicher und privater Institutionen genutzt. Die Teilnahme an Projekten und Wettbewerben, an Auslandsaufenthalten und internationalen Begegnungen hat ebenfalls eine wichtige Funktion; sie erweitert den Erfahrungshorizont der Schülerinnen und Schüler und trägt zur Stärkung ihrer interkulturellen Handlungsfähigkeit bei.

### 1.3 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Wichtig für die persönliche Entwicklung der Schülerinnen und Schüler ist eine individuelle Beratung, die die Stärken der Lernenden aufgreift und Lernergebnisse nutzt, um Lernfortschritte auf der Grundlage nachvollziehbarer Anforderungs- und Bewertungskriterien zu beschreiben und zu fördern.

So lernen die Schülerinnen und Schüler, ihre eigenen Stärken und Schwächen sowie die Qualität ihrer Leistungen realistisch einzuschätzen und kritische Rückmeldungen und Beratung als Chance für die persönliche Weiterentwicklung zu verstehen. Sie lernen außerdem, anderen Menschen faire und sachliche Rückmeldungen zu geben, die für eine produktive Zusammenarbeit und erfolgreiches Handeln unerlässlich sind.

Die Anforderungen in Aufgabenstellungen orientieren sich im Verlauf der Qualifikationsphase zunehmend an der Vertiefung von Kompetenzen und den im Kerncurriculum beschriebenen abschlussorientierten Standards sowie an den Aufgabenformen und der Dauer der Abiturprüfung. Die Aufgabenstellungen sind so offen, dass sie von den Lernenden eine eigene Gestaltungsleistung abverlangen. Die von den Schülerinnen und Schülern geforderten Leistungen orientieren sich an lebens- und arbeitsweltbezogenen Textformaten und Aufgabenstellungen, die einen Beitrag zur Vorbereitung der Lernenden auf ihr Studium und ihre spätere berufliche Tätigkeit liefern.

Neben den Klausuren fördern umfangreichere schriftliche Arbeiten in besonderer Weise bewusstes methodisches Vorgehen und motivieren zu eigenständigem Lernen und Forschen.

**Gleichberechtigung von Mann und Frau**

**Fachübergreifendes und fächerverbindendes Lernen**

**Projektarbeit**

**Einbeziehung außerschulischer Erfahrungen**

**Aufgabenstellungen**

**Schriftliche Leistungen**

**Mündliche Leistungen**

Auch den mündlichen Leistungen kommt eine große Bedeutung zu. In Gruppen und einzeln erhalten die Schülerinnen und Schüler Gelegenheit, ihre Fähigkeit zum reflektierten und sachlichen Diskurs und Vortrag und zum mediengestützten Präsentieren von Ergebnissen unter Beweis zu stellen.

**Praktische Leistungen**

Praktische Leistungen können in allen Fächern eigenständig oder im Zusammenhang mit mündlichen oder schriftlichen Leistungen erbracht werden. Die Schülerinnen und Schüler erhalten so die Gelegenheit, Lernprodukte selbstständig allein und in Gruppen herzustellen und wertvolle Erfahrungen zu sammeln.

**2****Beitrag des Faches Sport zum Kompetenzerwerb****2.1 Fachprofil**

Der Sportunterricht leistet als Lern- und Erfahrungsfeld einen spezifischen, unverzichtbaren und nicht austauschbaren Beitrag zur Einlösung des ganzheitlichen Bildungs- und Erziehungsauftrags und trägt somit zur Persönlichkeitsentwicklung und -stärkung bei. Das allgemeine fachliche Ziel eines pädagogisch orientierten Sportunterrichts in der Qualifikationsphase ist Handlungskompetenz im und durch Sport.

Sportunterricht wirkt dem zunehmenden Bewegungsmangel in der Gesellschaft und den damit einhergehenden Erkrankungen entgegen. Zudem ermöglicht der Sportunterricht den Schülerinnen und Schülern den unmittelbaren Vergleich und die Einordnung und Bewertung von erbrachten Leistungen.

Der Sportunterricht ist in sportpraktischer Hinsicht auf eine Steigerung und Vertiefung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und motorischen Fertigkeiten sowie auf eine Erweiterung des individuellen Bewegungsrepertoires ausgerichtet. In Verbindung mit dem sporttheoretischen Teil zielt er auf eine Differenzierung der Einsichten in die Bedingungen und Wirkungen von Sporttreiben. Zunehmend treten dabei die Reflexion des Gegenstandes und die dazu erforderlichen Methoden mit dem Ziel in den Vordergrund, die Schülerinnen und Schüler zu befähigen, Aufgaben selbstständig zu bearbeiten, Probleme, Sachverhalte und Situationen zu analysieren und zu bewerten sowie auf dieser Grundlage Entscheidungen zu treffen.

Die zu entwickelnde Handlungskompetenz wird im Sportunterricht in einem Praxis-Theorie-Verbund vermittelt, der sportliches Leisten, Bewegungserleben und Bewegungshandeln mit theoriebezogenem Lernen verknüpft.

Sportunterricht basiert auf der Mehrperspektivität der Sinngebungen sportlichen Handelns. Die verschiedenen pädagogischen Perspektiven geben sowohl den Lehrkräften als auch den Schülerinnen und Schülern im Sportunterricht der Qualifikationsphase Handlungsorientierung.

Grundlegende pädagogische Perspektiven sind:

|                  |   |
|------------------|---|
| Gesundheit:      | Gesundheit und Gesundheitsbewusstsein entwickeln und fördern                |
| Leistung:        | Leisten und Leistung beim Sporttreiben erfahren, verstehen und reflektieren |
| Kooperation:     | im Sporttreiben kooperieren, wettstreiten und sich verständigen             |
| Körpererfahrung: | Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern              |
| Gestaltung:      | kreativ Bewegungsideen erproben und sich körperlich ausdrücken              |
| Wagnis:          | etwas wagen und verantworten  |

Mit seiner Handlungsorientierung ermöglicht der Sportunterricht der Qualifikationsphase den Schülerinnen und Schülern, unmittelbar Erfahrungen zu sammeln, leistet damit einen spezifischen, nicht austauschbaren Beitrag zur Bildung und hat somit seine grundsätzliche Bedeutung im Kanon der Unterrichtsfächer. Mit zunehmender theoretischer Reflexion des Bewegungshandelns eröffnen sich Möglichkeiten des fachübergreifenden und fächerverbindenden Lernens.

Sportunterricht in der Qualifikationsphase fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler in besonderem Maße, weil sich gerade im Sport und durch Sport Fähigkeiten wie Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Fairness, mitverantwortliches Handeln und die Entwicklung des Leistungswillens, der Anstrengungs- und der Risikobereitschaft festigen. Durch das Streben nach persönlicher Bestleistung und das Erkennen individueller Leistungssteigerung bilden Schülerinnen und Schüler ein stabiles Selbstwertgefühl heraus und erleben Sport-, Spiel- und Wettkampffreude.

Sportunterricht bietet ein weites Feld für soziales Lernen. Konfliktlösungsstrategien werden thematisiert und faires Verhalten eingeübt. Die Fähigkeit zum klarenden Gespräch ist hierfür genauso wichtig wie die gemeinschaftliche Bewältigung von Problemen und Gefahren. Die Art und Weise des Erarbeitungsprozesses z. B. von zwischenmenschlichen Umgangsformen, für Gleichstellung, für das interkulturelle Lernen und im Hinblick auf die Einbeziehung von Behinderungen und Beeinträchtigungen im Sportunterricht ist dabei von exemplarischer Bedeutung. Im erziehenden Schulsport gibt es keinen Raum für Diskriminierung. Sportunterricht fördert die Gleichstellung von Jungen und Mädchen in sportlichen Übungs- und Leistungssituationen. Er kann koedukativ erteilt werden.

Die Förderung von Gesundheitsbewusstsein und Fitness wird im Sportunterricht zunehmend reflektiert. Im Hinblick auf die gesellschaftliche Bedeutung präventiver Maßnahmen gegen Bewegungsmangelkrankheiten und psychische Überbeanspruchung in unserer Zeit kommt neben der Ausbildung von gesundheitsfördernden Bewegungsgewohnheiten auch der Entwicklung von Einstellungen zur gesunden Lebensführung und dem Wissen über ein gesundheitsförderndes individuelles Training zentrale Bedeutung zu.

Sportunterricht weist den Schülerinnen und Schülern Wege zu sinnvoller sportorientierter Freizeitgestaltung. Die Möglichkeit, innerhalb des schulischen Kursangebotes eigene Schwerpunkte zu wählen, unterstützt die individuelle Ausbildung stabiler Interessen und überdauernder Motivationen für den Sport. Sie fördert die Herausbildung von Handlungskompetenzen, die über die Schulzeit hinaus wirken.

Schulsport in der Qualifikationsphase ist mehr als Sportunterricht, indem er auch Verbindungen zum außerschulischen Sport schafft. Sportliche Aktivitäten und Wettkämpfe, außerhalb der Schule gesammelte Erfahrungen, Kenntnisse und erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten der Schülerinnen und Schüler werden in die Unterrichtsarbeit einbezogen und gefördert.

## 2.2 Fachbezogene Kompetenzen

Der Kompetenzerwerb im Fach Sport orientiert sich zum einen an den Grundsätzen zum Kompetenzerwerb in der Qualifikationsphase (vgl. 1.1), zum anderen an den nachfolgend beschriebenen Kompetenzbereichen. Die fachbezogenen Kompetenzen stehen in einem engen wechselseitigen Zusammenhang und erlangen je nach pädagogischer Zielsetzung und didaktischer Entscheidung unterschiedliches Gewicht. Insgesamt führen sie zu einer Handlungskompetenz nicht nur im unmittelbaren sportlichen Handeln. Darüber hinaus korrespondieren sie mit den Kompetenzbereichen in den Einheitlichen Prüfungsanforderungen in der Abiturprüfung Sport.

### **Mit Sprache, Wissen und Können situationsangemessen umgehen**

Im Sportunterricht erwerben Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise körper- und bewegungsbezogenes Wissen und Können, analysieren und bewerten Inhalte und Formen des Sporttreibens.

Den situationsangemessenen Umgang mit Sprache, Wissen und Können zeigen Schülerinnen und Schüler, die

- eigene motorische Fähigkeiten und sportliche Fertigkeiten reflektiert in Bewegungshandeln einbringen,
- Bewegungen und sportliche Handlungen sowohl praktisch handelnd begreifen als auch theoriegeleitet sprachlich darstellen,
- Merkmale sportartspezifischer Bewegungen begründend bewerten,
- Bewegungsabläufe beobachten, analysieren und Fehlerkorrekturen durchführen,
- mit Formen der Bewegung und des Spiels kreativ und zielführend umgehen,
- Strategien zur Lösung von Bewegungsproblemen entwickeln,
- Schieds- und Wettkampfrichtertätigkeiten ausüben,
- Erscheinungsformen des Sports einschließlich historischer Entwicklungen und aktueller Veränderungen bewerten.

### **Sozial handeln**

Im Sportunterricht entwickeln Schülerinnen und Schüler Fähigkeiten, in wechselnden sozialen Situationen, in kommunikativer und kooperativer Zusammenarbeit, im Einklang mit anderen Menschen eigene und übergeordnete Ziele erfolgreich zu verfolgen.

Soziales Handeln zeigen Schülerinnen und Schüler, die

- Rücksicht nehmen, Stärkere anerkennen, Schwächeren helfen und sie integrieren,
- kooperativ in der Gruppe/Mannschaft handeln,
- Konfliktsituationen in der Gruppe/Mannschaft wahrnehmen, Lösungsstrategien entwickeln und Konflikte lösen,
- mit Sieg und Niederlage umgehen,
- faire und unsportliche Verhaltensweisen benennen und sich fair verhalten,
- Regeln entwickeln, anpassen und anwenden,
- Verantwortlichkeiten erkennen und Verantwortung für sicheres sportliches Handeln übernehmen,
- Helfen und Sichern im Lern- und Übungsprozess anwenden.

## **Selbstständig handeln**

Im Sportunterricht bringen Schülerinnen und Schüler ihren eigenen Körper in den Unterricht ein und entwickeln in der Auseinandersetzung mit der sportlichen Bewegung in besonderer Weise Identität, drücken diese auch vielfältig aus und entscheiden verantwortlich über ihr Bewegungshandeln.

Selbstständiges Handeln zeigen Schülerinnen und Schüler, die

- Verantwortung für die eigene Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden übernehmen,
- Bewegungsbedürfnis, Gesundheits- und Körperbewusstsein entwickeln,
- sich Ziele setzen, um sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten und sportliches Können zu verbessern,
- Demonstrationsfähigkeit verbessern und Bewegungsabläufe präsentieren,
- Bewegungserfahrungen nachhaltig sammeln,
- Informationen von Bewegungsvorbildern, Bildvorlagen/Zeichnungen und Bewegungsbeschreibungen in Bewegungshandeln umsetzen,
- Unterrichtssequenzen reflektiert mitgestalten,
- Wettkampfsituationen begründet auswählen und organisieren,
- Risiken in sportlichen Handlungssituationen beurteilen und kalkulieren.

**3**

## Eingangsvoraussetzungen und abschlussorientierte Standards

### 3.1 Eingangsvoraussetzungen

Für einen erfolgreichen Kompetenzerwerb sollten die Schülerinnen und Schüler zu Beginn der Qualifikationsphase bestimmte fachliche Anforderungen bewältigen. Diese sind in den Eingangsvoraussetzungen dargestellt. Den Schülerinnen und Schülern ermöglichen sie, sich ihres Leistungsstandes zu vergewissern. Lehrkräfte nutzen sie für differenzierte Lernarrangements sowie zur individuellen Lernberatung.

Die Schülerinnen und Schüler

- zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten,
- sind in der Lage, ihr individuelles Wohlbefinden durch Sport, Spiel und Bewegung positiv zu beeinflussen,
- kennen die Grundzüge der gegenwärtigen Sport- und Bewegungskultur und deren Organisationsformen,
- verhalten sich in Wettkämpfen regelgerecht, fair und taktisch angemessen,
- wenden grundlegende Bewegungstechniken in den gewählten Individualsportarten an,
- wenden spielspezifische Fertigkeiten in den gewählten Spielsportarten an,
- setzen gruppen- und mannschaftstaktische Strategien im Spiel um,
- entwickeln, organisieren und leiten Spiele,
- erklären grundlegende Sachverhalte aus der Bewegungswissenschaft,
- erklären und erfahren die Möglichkeit der Leistungssteigerung durch beständiges Üben und Trainieren.

### 3.2 Abschlussorientierte Standards

Grund- und Leistungskursfach unterscheiden sich nicht hinsichtlich der inhaltlichen Themenstellungen. Der Unterricht im Leistungskursfach vermittelt im Unterschied zum Grundkursfach vertiefte Kenntnisse und ein verstärkt wissenschaftspropädeutisches Verständnis. Verlangt werden ein höherer Grad an Reflexion und die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit den theoretischen Grundlagen und vielfältigen Methoden des Faches. Die Anforderungen im Leistungskursfach unterscheiden sich von denen im Grundkursfach dadurch, dass

- die Vielfalt, Unterschiedlichkeit und Komplexität der ausgewählten Inhalte, Theorien und Modelle größer sind,
- das Abstraktionsniveau, der Differenzierungs- und der Vertiefungsgrad der ausgewählten Inhalte, Theorien und Modelle höher sind,
- die Praxis-Theorie-Verbindung eine höhere Qualität erreicht,
- die fachliche Systematik einen höheren Stellenwert erlangt,
- der Anteil und das Niveau selbstständigen Arbeitens und Untersuchens beim Wissenserwerb und in der Praxis-Theorie-Verbindung größer sind.

Themenfeldübergreifend bewältigen die Schülerinnen und Schüler am Ende der Qualifikationsphase folgende Anforderungen:

### **Mit Sprache, Wissen und Können situationsangemessen umgehen**

| <b>Grundkursfach</b>   | <b>Leistungskursfach</b>  |
|--|---|
| <p>Die Schülerinnen und Schüler gehen mit Sprache, Wissen und Können souverän um, indem sie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– eigene motorische Fähigkeiten und sportliche Fertigkeiten in Bewegungshandeln einbringen,</li> <li>– sportliche Bewegungen sowohl praktisch handelnd als auch theoretisch begreifen,</li> <li>– kreativ und zielführend Strategien zur Lösung von Bewegungsproblemen aufzeigen,</li> <li>– den Stellenwert der koordinativen Fähigkeiten für das Bewegungslernen und sicheres Bewegungshandeln kennen,</li> <li>– Sport-, Spiel- und Bewegungssituativen angeleitet regeln,</li> <li>– Fachsprache themenfeldspezifisch anwenden,</li> <li>– Grundsätze zur Gesundheitsförderung durch regelmäßige Bewegung erläutern,</li> <li>– Grundzüge der gegenwärtigen Sport-, Spiel- und Bewegungskultur und deren Organisationsformen kennen,</li> <li>– grundlegende Sachverhalte sportlicher Handlungen mit Kenntnissen aus der Sportwissenschaft erklären.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– eigene motorische Fähigkeiten und sportliche Fertigkeiten reflektiert in Bewegungshandeln einbringen,</li> <li>– sportliche Bewegungen sowohl praktisch handelnd begreifen als auch theoretisch reflektieren,</li> <li>– Sport-, Spiel- und Bewegungssituativen eigenständig regeln,</li> <li>– Fachsprache auch in themenfeldübergreifenden Bezügen anwenden,</li> <li>– Gesundheitsförderung durch regelmäßige Bewegung argumentativ vertreten,</li> <li>– Grundzüge der gegenwärtigen Sport-, Spiel- und Bewegungskultur und deren Organisationsformen charakterisieren und kritisch reflektieren,</li> <li>– Sachverhalte sportlicher Handlungen mit sportwissenschaftlichen Erkenntnissen begründen.</li> </ul> |

### **Sozial handeln**

| <b>Grundkursfach</b>   | <b>Leistungskursfach</b> |
|--|--------------------------|
| <p>Die Schülerinnen und Schüler handeln sozial, indem sie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– auf andere Rücksicht nehmen,</li> <li>– Konfliktsituationen wahrnehmen und Lösungsansätze finden,</li> <li>– mit sportlichen Siegen und Niederlagen fair und verantwortungsvoll umgehen,</li> <li>– in Lern-, Übungs- und Wettkampfsituationen Verantwortung für sicheres sportliches Handeln übernehmen,</li> <li>– im Lern- und Übungsprozess Lernenden helfen und sie sichern,</li> <li>– sich regelgerecht, fair und taktisch angemessen verhalten,</li> <li>– Regeln für gemeinsames sportliches Handeln vereinbaren und diese einhalten.</li> </ul> |                          |

## Selbstständig handeln

| Grundkursfach  | Leistungskursfach   |
|--|---|
| Die Schülerinnen und Schüler handeln selbstständig, indem sie  |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– Möglichkeiten nutzen, ihr individuelles Wohlbefinden durch Sport, Spiel und Bewegung positiv zu beeinflussen,</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Unterrichtsprozesse entwickeln, unter Anleitung organisieren und leiten,</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– ihr sporttheoretisches Wissen anwenden, um durch beständiges Üben ihre persönlichen Leistungen zu verbessern,</li> </ul>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Unterrichtsprozesse entwickeln, selbstständig organisieren und leiten,</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bewegungsabläufe präsentieren,</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– ihre sportwissenschaftlichen Erkenntnisse anwenden, um durch regelmäßiges, reflektiertes und zielgerichtetes Trainieren ihre persönlichen Leistungen zu verbessern,</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– sportliche Handlungen anhand vorgegebener Kriterien beobachten, analysieren, bewerten und Fehlerkorrekturen geben,</li> </ul> |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– grundlegende Sachverhalte aus der Sportwissenschaft in sportpraktisches Handeln umsetzen,</li> </ul>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>– sportliche Handlungen kriterienbezogen beobachten, analysieren, bewerten und Fehlerkorrekturen geben,</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen sachgerecht organisieren,</li> </ul>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten zeigen,</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>– eine überdurchschnittliche altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten zeigen,</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– mit Wagnis und Risiko reflektiert umgehen,</li> </ul>   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– bewegungsbezogene Aufgabenstellungen lösen und die Lösung präsentieren,</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– eine überdurchschnittliche altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten zeigen,</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– mit Übungsstätten, Sportgeräten und Materialien sachgerecht und verantwortungsbewusst umgehen,</li> </ul>                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>– mit Übungsstätten, Sportgeräten und Materialien sachgerecht und verantwortungsbewusst umgehen,</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– Informationen, Materialien und Medien beschaffen und nutzen.</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Informationen, Materialien und Medien systematisch beschaffen, strukturieren und nutzen.</li> </ul>  |

## 4 Kompetenzen und Inhalte

Das Kerncurriculum gibt Inhalte vor, die in den folgenden Themenfeldern für das Grund- und Leistungskursfach aufgeführt sind:

- 4.1 Laufen, Springen, Werfen
- 4.2 Spiele
- 4.3 Bewegen an und mit Geräten
- 4.4 Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten
- 4.5 Bewegen im Wasser
- 4.6 Mit / gegen Partner kämpfen
- 4.7 Fahren, Rollen, Gleiten
- 4.8 Fitness
- 4.9 Sporttheorie

Die Themenfelder 4.1 bis 4.8 werden im Folgenden als Bewegungsfelder bezeichnet. Die Bewegungsfelder 4.1 bis 4.7 sind identisch mit den Bewegungsfeldern in den *Einheitlichen Prüfungsanforderungen in der Abiturprüfung Sport* (EPA).

Im Verlauf der Qualifikationsphase sind aus den Bewegungsfeldern mindestens zwei verpflichtend zu belegen. Darüber hinaus muss Sporttheorie einbezogen werden. Sportpraktische Inhalte aus den Bewegungsfeldern sind mit ausgewählten sporttheoretischen Inhalten sinnvoll zu verknüpfen.

Für den Sportunterricht in der Qualifikationsphase gelten einige Aspekte für alle Bewegungsfelder gleichermaßen:

Die Inhalte jedes Bewegungsfeldes

- sind geeignet, die pädagogischen Perspektiven zu verdeutlichen, wenngleich bewegungsfeldspezifisch in unterschiedlicher Gewichtung. Die Perspektiven Gesundheit und Leistung nehmen in allen Bewegungsfeldern eine zentrale Rolle ein,
- bieten gute Möglichkeiten, Kenntnisse der Grundstruktur sportlicher Bewegungsabläufe, biomechanische Gesetzmäßigkeiten, gesundheitsbiologisches und trainingswissenschaftliches Wissen zu erwerben und zu vertiefen,
- fördern die Schülerinnen und Schüler in der Entwicklung ihrer koordinativen und konditionellen Fähigkeiten sowie ihrer motorischen Fertigkeiten,
- fördern die Fitness unter dem Gesundheitsaspekt.

## 4.1 Laufen, Springen, Werfen

### Inhalte

- grundlegende Fertigkeiten des Laufens, Springens und Werfens in vielfältigen Formen
- Beweglichkeit, Konzentration und Reaktion, Taktik
- allgemeine Lauf-, Sprung- und Wurfgeschicklichkeit
- ausdauerndes Gehen und Laufen
- schnelles Laufen
- weites/hohes Springen
- weites Werfen und Stoßen
- Kraftausdauer
- wesentliche Grundsätze und Zusammenhänge und praktische Beispiele fitness- und gesundheitsorientierten Laufens, Springens und Werfens

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Laufen, Springen und Werfen sind Grundformen menschlicher Bewegung, Grundlage für vielfältige Bewegungsaufgaben und sportliche Aktivitäten und in besonderer Art und Weise geeignet, die Belastung in vielseitigen Erlebnisdimensionen zu erfahren. Für die Schülerinnen und Schüler geht es darum, die ganze Breite und Vielfalt des Bewegungsfeldes zu erfahren.

#### Die Schülerinnen und Schüler

- legen eine Sprintstrecke in hohem Tempo und mit hoher Schrittzahl und Schrittlänge zurück,
- bewältigen verschiedene Distanzen in unterschiedlichem Gelände in unterschiedlichen Tempi,
- erbringen eine Ausdauerlaufleistung von mindestens 12 Minuten,
- kennen und wenden unterschiedliche Möglichkeiten von Anlauf, Absprung und Landung an, um die Bewegungen stabil und flüssig auszuführen und möglichst weit und hoch zu springen,
- verfügen über Techniken mit unterschiedlichen Wurf- und Stoßgeräten und führen die Bewegungen stabil und flüssig aus, um möglichst weit zu werfen bzw. zu stoßen,
- absolvieren einen Mehrkampf in einer wettkampfnahen Situation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung), Springen und Werfen/Stoßen; dabei sind die Bewegungsausführung stabil und der Bewegungsfluss erkennbar.

## 4.2 Spiele

### Inhalte

- Spielfähigkeit
- technische Fertigkeiten der Ballannahme und -abgabe, gegebenenfalls auch Ballmitnahme
- (allgemeine) motorische Fähigkeiten, v. a. spezifische Kraft, Schnelligkeit, Gewandtheit, Beweglichkeit, Reaktion
- taktische Verhaltensweisen in Angriffs- und Verteidigungssituationen
- wesentliche internationale Spielregeln
- Schiedsrichtertätigkeit

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Spiele sind zentraler Gegenstand des Sportunterrichts, da sie dem natürlichen Bewegungsbedürfnis der Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise entgegenkommen. Spiele fördern die Bereitschaft zur Kooperation und Kommunikation und haben einen hohen Freizeitwert.

Gemeinschaftliches Handeln auf der Grundlage einer Spielidee ist eine besondere Anforderung der Spiele. Alle spezifischen Potenzen der Spielsportarten sollen genutzt werden, damit die Schülerinnen und Schüler ihre soziale Kompetenz (Fairness, Toleranz und Teamarbeit mit allen ihren Facetten) weiterentwickeln und gleichzeitig ihr psychosoziales Wohlbefinden steigern.

Schülerinnen und Schüler sollen vor allem ihre Spielfähigkeit weiterentwickeln. In vielfältigen Übungs-, Wettkampf- und Spielformen schulen sie ihre technischen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten und verbessern gleichzeitig ihre allgemeinen motorischen Fähigkeiten.

Sie sollen die Fähigkeit verbessern, Regeln zu akzeptieren und im Spiel einzuhalten. Sie lernen als Mitglied eines Teams, besonders in den Mannschaftsspielen, zum Gelingen eines Spieles beizutragen.

Als Voraussetzung für selbstständiges sportliches Spielen in der Freizeit sammeln Schülerinnen und Schüler elementare Wettkampferfahrungen und lernen, wie man Sportspiele organisiert und leitet. Die Schülerinnen und Schüler sollen spielerische Möglichkeiten kennen lernen oder vervollkommen, die sie auch nach der Schulzeit bis ins hohe Alter ausüben können. Unter Beachtung vielfältiger Sinnperspektiven erwerben die Schülerinnen und Schüler Kenntnisse und Erfahrungen sowohl über mehr gesellschaftsorientierte Spielvarianten als auch über leistungsbetonte Übungsformen.

### Die Schülerinnen und Schüler

- verfügen über hohe sportspielspezifische koordinative Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie technisch-taktisch angemessenes Wettkampfverhalten,
- bewältigen Spielsituationen sowohl in der Offensive als auch in der Defensive; dabei sind die Hauptmerkmale der Zielübung deutlich sichtbar; die Bewegungsausführung ist stabil, der Bewegungsfluss optimal; die Bewegungsrichtung und das Bewegungstempo können in der Spielsituation variiert werden,
- verfügen über grundlegende technische und taktische Fähigkeiten in mindestens zwei Sportspielen,
- initiieren Sportspiele, setzen Spielideen um, organisieren und leiten sie an,
- verfügen über spielbezogene Kooperationsfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit und Kreativität, die sie in das wettkampfspezifische Spielgeschehen einbringen.

### 4.3 Bewegen an und mit Geräten

#### Inhalte

- elementare Bewegungstätigkeiten wie Stützen, Handstehen, Drehen, Rollen, Überschlagen, Balancieren, Schwingen und Springen sowie die Partner- oder Gruppenakrobatik an den Standardturngeräten, an Gerätearrangements oder im „Freien Turnen“
- Dehnfähigkeit, Schnellkraft, Haltekraft, Körperspannung, Gleichgewichtsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit sowie Entspannungsfähigkeit
- normgebundenes und normungebundenes Turnen an und mit turnerischen Geräten und Gerätekombinationen auch unter Einbeziehung weiterer Turnmöglichkeiten
- Helfen und Sichern
- turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltung
- turnspezifische Kraftausdauer
- harmonisch muskuläre Ausbildung für den gesamten Körper
- individuelle Beweglichkeit unter Vermeidung muskulärer Dysbalanzen

#### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Dieses Bewegungsfeld eröffnet den Schülerinnen und Schülern vielfältige, zum Teil außerhalb der Schule kaum gegebene Handlungs- und Erfahrungsmöglichkeiten. Die besondere Zielstellung des Bewegens an und mit Geräten besteht darin, dass unter Einbeziehung vielfältiger Geräte verschiedene Bewegungsmöglichkeiten im Raum eröffnet und zugleich neue Lageempfindungen vermittelt werden.

Akrobatisches Bewegen ergänzt, erweitert und verändert partiell in der Qualifikationsphase das bisherige turnerische Bewegungsverständnis. Gegenseitiges Helfen und Sichern sowie gemeinsames Gestalten von Partner- und Gruppenübungen fördern zudem die Herausbildung sozialer Kompetenzen.

In der bewegungsbezogenen Auseinandersetzung an und mit verschiedenen Geräten nehmen die Schülerinnen und Schüler ihren Körper in unterschiedlichen Raumlagen wahr und sammeln besondere Erfahrung mit der Schwerkraft, dem Gleichgewicht und der Höhe. Bis-her erlernte Bewegungsabläufe werden qualitativ verbessert und in vielfältigen Übungskombinationen kreativ angewendet und ausgestaltet. Hierbei eröffnen sich zugleich vielfältige Ansätze zur Vermittlung von Körpererfahrung. Für das Gelingen turnerischer Bewegungsabläufe sind neben Kraft und Beweglichkeit vor allem eine gut entwickelte Gleichgewichts- und Orientierungsfähigkeit bedeutsam. Bei der Gestaltung des eigenen Lernprozesses und der Analyse von Bewegungsfehlern werden sowohl sportspezifische als auch fachübergreifende Kenntnisse angewendet.

Die Schülerinnen und Schüler

- verfügen über turnerische Fertigkeiten an mindestens zwei Turngeräten; Bewegungsrythmus und Bewegungsfluss stimmen mit den Erfordernissen der Elemente überein,
- demonstrieren Fertigkeiten im Rahmen selbst konzipierter Bewegungsarrangements allein, mit Partnerin bzw. Partner oder in der Gruppe,
- beherrschen Sprungfolgen mit mehreren Elementen auf dem Trampolin, die in harmonischer Übungsverbindung geturnt werden,
- kennen wichtige Helfergriffe und grundlegende Prinzipien bei der bewegungsbegleitenden, -führenden und -unterstützenden Sicherungs- und Helfertätigkeit und wenden diese an,
- benennen und beschreiben Bewegungsgrundmuster der gelernten Fertigkeiten.

## 4.4 Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten

### Inhalte

- elementare gymnastische und künstlerisch-kompositorische Fertigkeiten
- Übungsverbindungen ohne Handgerät und mit einem klassischen oder alternativen Handgerät
- tänzerische Techniken anhand einer Tanzform
- Grundkenntnisse der Musikanalyse, Choreografie sowie der Charakteristik einer ausgewählten Gymnastik- oder Tanzform
- gymnastische und tänzerische Bewegungsformen zur Verbesserung von Haltung, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer
- aerobe Ausdauer und Beweglichkeit
- wesentliche Grundsätze, Zusammenhänge und praktische Beispiele im fitness- und gesundheitsorientierten Gymnastik- und Tanz-Sport

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Im Zentrum stehen zweckgebundene Bewegungsformen und die gestalterisch-kreative Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung. Durch den Umgang mit den vielfältigen Formen der Gymnastik und des Tanzes mit verschiedenen Bewegungsgrundformen und ihrer rhythmischen, räumlichen und dynamischen Variation wird die Wahrnehmungsfähigkeit differenziert herausgefordert und mit gestalterischen Elementen verknüpft.

Durch überwiegend offene und schöpferisch gestaltete Handlungssituationen fördert dieses Bewegungsfeld in besonderem Maße die soziale Kontaktfähigkeit. Tanz kann zudem eine Öffnung zur außerschulischen Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler sein und Verständnis für fremde Kulturen wecken. Neue Trends können in den Unterricht mit einbezogen werden und Grundlage für eine kritische Auseinandersetzung sein.

Die in diesem Bewegungsfeld angesprochenen Möglichkeiten für kreatives Bewegungshandeln bieten ein Entfaltungsfeld für beide Geschlechter; sie dürfen Jungen nicht vorerhalten werden.

Die Erfahrungsmöglichkeiten innerhalb dieses Bewegungsfeldes beziehen neben der eigenen Bewegung auch die speziellen Fertigkeiten im Umgang mit verschiedenen Handgeräten und unterschiedlichen Materialien mit ein.

Die rhythmische Bewegungsgestaltung im Tanz eröffnet Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten, sich variationsreich auszudrücken.

Die Entwicklung der körperlichen Darstellungs- und Improvisationsfähigkeit ist eng verbunden mit einer Sensibilisierung der audiovisuellen und kinästhetischen Wahrnehmung über verschiedene Bewegungsaktionen.

Vielfältige konditionelle und koordinative Übungsformen schaffen wichtige Grundlagen für eine sichere Aneignung sportlich-künstlerischer Bewegungselemente.

### Die Schülerinnen und Schüler

- verfügen über elementare gymnastische und künstlerisch-kompositorische Fertigkeiten, die sie, in Handlungskomplexen in stabiler und optimierter Ausführung rhythmisch-musikalisch gestaltet, reflektierend erbringen,
- beherrschen Basis- und Kombinationstechniken wesentlicher Technikgruppen mit und ohne Handgeräte/Objekte/Materialien aus Gymnastik/Tanz/Bewegungskunst und wenden sie in kleinen Verbindungen in Einzel-, Partner- oder Gruppenform an,
- erkunden aktiv unterschiedliche Musik durch einfache motorische Aufgaben bei einer ästhetischen Einheit von Musik und Bewegung,

- präsentieren erarbeitete Kurzkompositionen mit oder ohne Handgerät und demonstrieren eine sportive, tänzerische oder künstlerische Gestaltung (mit Partnerin, Partner oder in kleiner Gruppe),
- verfügen über Schrittarten, Bewegungs-, Ausdrucks- und Kommunikationsformen für ein choreografisch exemplarisch kleines Bewegungs- oder Tanzarrangement,
- kennen und reflektieren wichtige Prinzipien der sportiven und künstlerischen Bewegungsgestaltung bei individuellen, partner- und gruppenspezifischen kreativen Gestaltungsprozessen.

## 4.5 Bewegen im Wasser

### Inhalte

- Schwimmtechnik im Erstschwimmstil (i. d. R. Brustschwimmen), Zweit- und Dritt-schwimmstil jeweils einschließlich Start und Wende
- Elemente aus dem Rettungsschwimmen, dem Tauchen, dem Wasserspringen, dem Synchronschwimmen und dem Wasserball
- Schwimmrhythmus
- schwimmerische Grundlagen- und Kraftausdauer
- wesentliche Grundsätze und Zusammenhänge und praktische Beispiele für fitness- und gesundheitsorientiertes Schwimmen,
- bewegungstechnische und trainingsmethodische Kenntnisse des Bewegens im Wasser

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Beim Bewegen im, unter oder ins Wasser finden Handlungen in einem speziellen Medium statt und ermöglichen damit für die Schülerinnen und Schüler ein spezifisches Körper- und Bewegungserleben, wie z. B. Schweben, Gleiten, Sinken, Tauchen, Ins-Wasser-Springen, Kälte, Widerstand und Erfahren von Auftrieb. Sicheres und kontrolliertes Bewegen im Wasser sowie Rettungstechniken sind zudem eine unabdingbare Voraussetzung für alle Wassersportarten und gegebenenfalls lebensrettend.

Für die gesundheitliche Fitness können Bewegungshandlungen im Wasser mit ihren spezifischen Wirkungsfaktoren einen wichtigen Beitrag leisten.

Die Schülerinnen und Schüler festigen erlernte Schwimmtechniken. Darüber hinaus setzen sie sich mit Elementen aus dem Rettungsschwimmen, dem Tauchen, dem Wasserspringen sowie aus dem Freizeitbereich auseinander. Sie erwerben wesentliche bewegungstechnische und trainingsmethodische Kenntnisse des Bewegens im Wasser, um die eigene Belastung konditionell und koordinativ gestalten zu können. Wasserspringen, Rettungsschwimmen, Synchronschwimmen und Wasserball stellen besondere Anforderungen dar und sind geeignete Betätigungsfelder für eine verantwortungsvolle Selbsteinschätzung und für die Bewältigung von Risikosituationen.

Bewegen im Wasser mit all seinen Facetten besitzt für die Schülerinnen und Schüler einen besonderen Freizeitwert.

### Die Schülerinnen und Schüler

- demonstrieren die Grundtechnik in drei Schwimmstilen, davon mindestens eine in einer wettkampfnahen Situation,
- legen eine Sprintstrecke in hohem Tempo zurück,
- schwimmen in einem Schwimmstil eine Strecke von mindestens 400 m,
- demonstrieren ein technikorientiertes Springen von einer erhöhten Position (mindestens Startblockhöhe) ins Wasser,
- bewältigen Spielsituationen im Wasserball sowohl in der Offensive als auch in der Defensive; dabei sind die Hauptmerkmale der Zielübung deutlich sichtbar, die Bewegungsausführung ist stabil, der Bewegungsfluss optimal; die Bewegungsrichtung und das Bewegungstempo können in der Spielsituation variiert werden,
- demonstrieren eine Kür im Synchronschwimmen mit spielerisch erprobenden, künstlerisch-gestalterischen Handlungsformen,
- erfüllen die Bedingungen einer komplexen Übung im Rettungsschwimmen,
- können erste Hilfe bei Badeunfällen leisten und verfügen über Techniken der Selbst- und Fremdrettung.

## 4.6 Mit/gegen Partner kämpfen

### Inhalte

- zweikampfspezifische Kondition und Koordination wie Schnellkraft, Kraftausdauer und Gewandtheit
- grundlegende Techniken und Handlungen in der Angriffs- und Verteidigungsposition
- normierte Formen des jeweiligen Zweikampfes
- Kriterien verantwortungsbewussten Kämpfens
- zeremonielle Handlungen und moralische Prinzipien
- Sicherheitsvorschriften und -maßnahmen
- Grundlagenausdauer
- wesentliche Grundsätze, Zusammenhänge und praktische Beispiele fitness- und gesundheitsorientierten Bewegungshandelns in Zweikampfsportarten

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Dieses Bewegungsfeld umfasst Formen des Kämpfens ohne und vor allem mit direktem Körperkontakt. Das Bewegungshandeln darf dabei nicht zum Ziel haben, der Partnerin bzw. dem Partner Schmerzen zuzufügen oder sie bzw. ihn körperlich zu verletzen!

In der kämpferischen Auseinandersetzung steckt ein großes Potenzial für das motorische und soziale Lernen. Kämpfen ist mehr als die direkte Auseinandersetzung mit der Partnerin bzw. dem Partner unter normierten Bedingungen. In der kämpferischen Auseinandersetzung lassen sich vielseitige körperbezogene Erfahrungen sammeln. Kämpfen ist ein sehr komplexes Bewegungsfeld, das hohe Ansprüche an die koordinativen Fähigkeiten ebenso wie an konditionelle Fähigkeiten wie Kraft, Schnelligkeit, insbesondere Reaktionsschnelligkeit, stellt.

Bei allen Formen des Kämpfens sollen die Schülerinnen und Schüler mit typischen Angriffs- und Verteidigungshandlungen vertraut gemacht und gleichzeitig zur Variation und kreativen Entwicklung neuer Bewegungskombinationen angeregt werden.

Eine besondere Bedeutung im Lern- und Übungsprozess haben zeremonielle Handlungen und moralische Prinzipien, mit deren Hilfe partnerschaftliches Verhältnis gegenüber der Übungspartnerin bzw. dem Übungspartner entwickelt wird, das auf gegenseitiger Rücksichtnahme beruht.

Die Schülerinnen und Schüler

- setzen eigene Kräfte angemessen und kontrolliert in einem Kampf unter wettkampfnahen Bedingungen ein,
- nehmen Bewegungen und Kräfte des Partners gezielt wahr und reagieren angemessen darauf,
- realisieren komplexe Handlungsabläufe (Eingangsvarianten, Kombinationen, Handlungsketten),
- setzen mindestens drei sportartspezifische Stand- und Bodentechniken gezielt ein,
- demonstrieren eine Spezialtechnik mit bewegungstheoretischer Erläuterung,
- können kontrolliert und variantenreich rollen und fallen,
- beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit der Partnerin bzw. dem Partner,
- kennen die Problematik von Aggression und körperlicher Gewalt bei Partnerkämpfen und setzen sich damit auseinander.

## 4.7 Fahren, Rollen, Gleiten

### Inhalte

- grundlegende Techniken des Fahrens, Rollens oder Gleitens mit dem jeweiligen Sportgerät zum sicheren, verantwortungsbewussten Fortbewegen
- Sicherheitsvorschriften und -maßnahmen sowie sachgerechter Umgang mit dem Material
- fahr-, roll- oder gleitspezifische Kondition und Koordination wie dynamisches Gleichgewicht, räumliche Orientierungs- und kinästhetische Differenzierungsfähigkeit
- Grundlagenausdauer
- wesentliche Grundsätze, Zusammenhänge und praktische Beispiele fitness- und gesundheitsorientierten Bewegungshandelns mit dem jeweiligen Sportgerät

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Bewegungserfahrungen in diesem Bewegungsfeld sind für Schülerinnen und Schüler eine attraktive Herausforderung an ihr Bewegungsvermögen. Sie werden vor allem außerhalb normierter Anlagen gemacht, sodass neben den vielfältigen Variationen von Bewegungen unter unterschiedlichen Bedingungen auch Naturerlebnisse vermittelt werden, die einen hohen Freizeit- und Gesundheitswert besitzen und vielfältige Ansätze für die Erziehung zu umweltbewusstem Verhalten bieten.

Die Erziehung zu sicherheitsbewusstem und verantwortlichem Umgang mit Partnerinnen bzw. Partnern und Material hat in diesem Bewegungsfeld eine hohe Bedeutung.

Das Bewegungsfeld umfasst besondere Formen der Fortbewegung auf Rädern, Rollen, Kufen, Skiern oder in Booten. Es stellt hohe Anforderungen an das dynamische Gleichgewicht und an die Bewegungssteuerung.

Der sicherheitsbewusste und verantwortliche Umgang mit dem Sportgerät und ggf. mit Partnerinnen und Partnern steht im Mittelpunkt.

Die Schülerinnen und Schüler

- verfügen über variable Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät, erproben die Geräte in unterschiedlichen Zusammenhängen und demonstrieren ihre Gleichgewichtsfähigkeit bei der Absolvierung eines Geschicklichkeitsparcours,
- absolvieren eine Strecke in einer bestimmten Zeit unter wettkampfnahen Bedingungen,
- haben grundlegende Erfahrungen in mindestens drei Basistechniken der ausgeübten Sportart und setzen sie in spezifischen Situationen adäquat ein,
- haben Kenntnisse über sportartspezifische Gefahrenmomente und Verhaltensregeln in der Natur und beachten sie,
- verfügen über umfassende Kenntnisse zum funktionsgerechten Einsatz der erforderlichen Schutzausrüstung und setzen diese ein.

## 4.8 Fitness

### Inhalte

- Bewegungserfahrung in freizeitrelevanten Ausdauersportarten
- Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Problemzonentraining zum Ausgleich einseitiger Belastungen und zur Vorbeugung und Beseitigung muskulärer Dysbalancen
- funktionelle Dehnübungen zur Vorbereitung des Trainings, als Entspannung, nach dem Üben oder als eigenständiges Fitnesstraining wie z. B. Stretching, Anspannungs- und Entspannungsdehnen, Funktionsgymnastik
- psychoregulative Verfahren zur Verhinderung und zum Abbau von Stress

### Kompetenzerwerb im Bewegungsfeld

Dieses Bewegungsfeld besitzt eine große Relevanz für das weitere Leben der Schülerinnen und Schüler, die sich hier grundlegend mit dem eigenen Körper und dem eigenen Bewegen auseinander setzen. In vielfältigen Übungen und Aufgaben im Bereich der Körpererfahrung und Körperwahrnehmung reflektieren sie Vorstellungen zu Körperidealen und Körperakzeptanz.

Unterricht in diesem Bewegungsfeld beinhaltet ein besonderes Potenzial zur pädagogischen Bewertung von Leistungsfortschritt, Anstrengungsbereitschaft und Selbstständigkeit.

Schülerinnen und Schüler lenken ihr Augenmerk besonders auf den Gesundheits-, aber auch auf den Freizeit- und Sozialwert von Bewegung und Sport. Dabei kommen Aspekte des eigenen Wohlbefindens, des Erlebens und Verstehens der Wirkungen sportlicher Betätigung verstärkt in den Blick. Fitness wird verstanden als der durch Bewegung und sportliches Training erreichte gute körperliche Zustand in seiner Wechselwirkung mit dem geistig-seelischen Befinden des Menschen.

Schülerinnen und Schüler werden sensibel für die individuellen körperlichen Erfahrungen, lernen grundlegende Methoden und Wirkungen des Trainings der Ausdauer, der Beweglichkeit, der Kraft, der Koordination und von Entspannungsmaßnahmen kennen, um zunehmend eigenverantwortlich handeln zu können.

Die Schülerinnen und Schüler

- erkennen den Wert von Körperübungen zur Gesunderhaltung,
- reflektieren die Bedeutung funktionellen Erwärmens,
- kennen und reflektieren die motorischen Grundeigenschaften Kraft und Ausdauer und wissen, wie diese erhalten und gesteigert werden können,
- belasten sich im aeroben Bereich über mindestens 30 Minuten,
- wenden Beweglichkeits- und Kraftübungen funktional an,
- setzen Methoden, Übungen und Programme zur Entspannung eigenständig um,
- beachten Prinzipien der Belastungssteuerung und Ernährung, um ihr individuelles Wohlbefinden positiv zu beeinflussen,
- empfinden, kontrollieren und reflektieren Reaktionen des Körpers, besonders des cardio-pulmonalen Systems,
- kennen den Zusammenhang zwischen körperlichen Fehlhaltungen, muskulären Dysbalancen und mangelnder körperlicher Bewegung mit dem Ziel der Prävention.

## 4.9 Sporttheorie

### Inhalte

Die Sporttheorie umfasst drei Bereiche, die jeweils Bezug zu den sportwissenschaftlichen Teildisziplinen und zu anderen Wissenschaftsbereichen nehmen und dadurch die Interdisziplinarität des Faches Sport unterstreichen:

- Bereich (I): Wissen zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns mit Bezügen zur Bewegungswissenschaft, Trainingswissenschaft, Sportbiologie (Biologie und Medizin) und Psychologie
  - spezifische Grundlagen der unterrichteten Sportarten und weiterer sportpraktischer Inhalte
  - Funktionszusammenhänge von Bewegungsabläufen
  - Grundlagen, Erhaltung und Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit durch Training
- Bereich (J): Wissen zum individuellen sportlichen Handeln im sozialen Kontext mit Bezügen zur Psychologie und Soziologie
  - Zusammenhang von Motiven, Werten, Normen und sportlichen Regeln
  - Organisation sportlicher Übungs- und Wettkampfsituationen mit anderen und für andere
  - Formen sozialen Verhaltens im Sport
- Bereich (K): Wissen über den Sport im gesellschaftlichen Kontext mit Bezügen zur Soziologie, Geschichte, Wirtschaft und Politik
  - Motive sportlichen Handelns
  - Wechselbeziehung (Wirkungen und Einflussnahme) zwischen Wirtschaft, Politik, Medien und Sport

Der Unterricht soll wichtige Bereiche des Sports umfassen und eine systematische Bearbeitung ermöglichen. Zur Bearbeitung der festgelegten drei Bereiche müssen Ergebnisse verschiedener Disziplinen der Sportwissenschaft herangezogen werden.

## Kompetenzerwerb im Themenfeld

Der Sportunterricht in der Qualifikationsphase strebt bei den Schülerinnen und Schülern den Erwerb eines inhaltlich spezifischen, strukturierten und regelorientierten Wissens und die Fähigkeit an, selbstständig zu lernen, zu arbeiten und über das eigene Handeln, Denken und Urteilen zu reflektieren.

In der Praxis-Theorie-Verknüpfung fördert er geistige Beweglichkeit, Fantasie und Kreativität ebenso, wie er Konzentrationsfähigkeit, Bewegungsgenauigkeit und Ausdauer als allgemein wichtige Verhaltensweisen des Lernens und Arbeitens stärkt.

Der Unterricht in der Sporttheorie knüpft an Kenntnisse, Fähigkeiten und Erfahrungen der Schülerinnen und Schüler an, die sie im Fach, im außerunterrichtlichen bzw. außerschulischen Sporttreiben und durch Beschäftigung mit der Darstellung des Sports in der Öffentlichkeit gewonnen haben. Dabei soll die Breite sportwissenschaftlicher Disziplinen in angemessener Weise berücksichtigt werden.

Die unterrichtliche Auseinandersetzung mit der Sportwissenschaft, ihren Zielen und Methoden soll ihren Anspruch auf Objektivität kritisch reflektieren. In der theoretischen Auseinandersetzung mit Sport erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, ihre eigene Sportpraxis mithilfe von wissenschaftlichen und argumentativen Texten sowie in fachbezogenen Diskussionen und Präsentationen zu durchdringen. Dazu sollen sie in die Lage versetzt werden, Stellungnahmen zu den Erscheinungsformen des Sports in der Gesellschaft zu erarbeiten.

Aus dem Gelernten sollen die Schülerinnen und Schüler für sich selbst Konsequenzen ziehen sowie in Gesprächen und Präsentationen begründet Stellung nehmen. Über den Zugang zur Sportwissenschaft und ihren Teildisziplinen wird den Schülerinnen und Schülern die Interdisziplinarität des Faches deutlich.

Die Anforderungen an eine wissenschaftspropädeutische Ausbildung in der gymnasialen Oberstufe werden dadurch erfüllt, dass sich die Schülerinnen und Schüler wissenschaftlich erarbeitete Erkenntnisse aneignen, dabei Methoden wissenschaftlichen Arbeitens verwenden, ihre erworbenen Kenntnisse anwenden und begründete Stellungnahmen abgeben, die ggf. miteinander verknüpft werden können.

Die Schülerinnen und Schüler verfügen über fachlich fundiertes Wissen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, indem sie

- die vertieft erworbenen Kenntnisse, Methoden sportwissenschaftlichen Arbeitens, Lernstrategien und Einstellungen kritisch reflektiert einsetzen,
- selbstständig lernen, arbeiten und über das eigene Lernen, Denken, Urteilen und Handeln reflektieren,
- begründete Stellungnahmen zu sporttheoretischen Themen und Fragestellungen aus den drei Sporttheoriebereichen abgeben,
- wissenschaftlich erarbeitete Erkenntnisse auf ihr eigenes sportpraktisches Handeln beziehen und reflektiert anwenden,
- sich Texte und andere Materialien zu ihnen sonst nicht zugänglichen Erfahrungsbereichen erarbeiten, sich dazu Meinungen bilden und diese formulieren.

## 5 Kurshalbjahre

### 5.1 Grundkursfach

#### Sportpraxiskurse

Die angebotenen Kursthemen für die Sportpraxiskurse legt die Schule in ihrem schulinternen Curriculum unter Berücksichtigung der materiellen, organisatorischen und personellen Bedingungen fest.

Die Ausdifferenzierung der Inhalte für den jeweiligen Sportpraxiskurs erfolgt durch die Lehrkraft auf der Grundlage des Kerncurriculums (Kapitel 4). Die verbindlichen Inhalte werden im schulinternen Curriculum festgeschrieben. Darüber hinaus werden Inhalte in Absprache mit der Lerngruppe kursbezogen festgelegt. Die Gewichtung zwischen Pflicht- und Wahlbereich beträgt ca. 2:1.

In jedem Kurs sind die Erziehung zur gesunden Lebensführung und die Förderung der Gesundheit wesentlicher Bestandteil. Besondere Bedeutung kommt hierbei der Ausdauerschulung zu. Trainingshinweise zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit und zur speziellen Vorbereitung auf den 12-Minuten-Lauf sind verpflichtender Unterrichtsinhalt und im schulinternen Curriculum festzulegen.

In jedem Kurs sind die Inhalte mit den pädagogischen Perspektiven (Kapitel 2.1) zu verknüpfen. Hierzu sind im schulinternen Curriculum mindestens zwei pädagogische Perspektiven sinnvoll an die jeweiligen Kursinhalte zu binden. Die Kurse sind in enger Praxis-Theorie-Verknüpfung zu gestalten. Hierzu sind im schulinternen Curriculum Verknüpfungen zu mindestens zwei sporttheoretischen Wissensbereichen festzulegen.

Folgende Sportpraxiskurse sind im Grund- und Leistungskursfach möglich:

|   | <b>Bewegungsfeld</b>      | <b>Kursthema</b>                    | <b>Kursbezeichnung*</b>        |
|---|---------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| A | Laufen, Springen, Werfen  | Leichtathletik<br>Orientierungslauf | sp-x (A1.Lst)<br>sp-x (A2.Lst) |
| B | Spiele: Mannschaftsspiele | Basketball                          | sp-x (B1.Lst)                  |
|   |                           | Eishockey                           | sp-x (B2.Lst)                  |
|   |                           | Fußball                             | sp-x (B3.Lst)                  |
|   |                           | Handball                            | sp-x (B4.Lst)                  |
|   |                           | Hockey                              | sp-x (B5.Lst)                  |
|   |                           | Rugby                               | sp-x (B6.Lst)                  |
|   |                           | Volleyball                          | sp-x (B7.Lst)                  |
| B | Spiele: Rückschlagspiele  | Badminton                           | sp-x (B8.Lst)                  |
|   |                           | Tennis                              | sp-x (B9.Lst)                  |
|   |                           | Tischtennis                         | sp-x (B10.Lst)                 |
| C | Spiele: weitere Spiele    | Golf                                | sp-x (B11.Lst)                 |
|   |                           | Gerätturnen                         | sp-x (C1.Lst)                  |
|   |                           | Trampolin                           | sp-x (C2.Lst)                  |
|   |                           | Akrobatik                           | sp-x (C3.Lst)                  |
|   |                           | Synchronturnen                      | sp-x (C4.Lst)                  |
|   |                           | Reiten                              | sp-x (C5.Lst)                  |
|   |                           | Sportschießen                       | sp-x (C6.Lst)                  |

|   | <b>Bewegungsfeld</b>  | <b>Kursthema</b>  | <b>Kursbezeichnung*</b> |
|---|---|-------------------|-------------------------|
| D | Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten     | Gymnastik-Tanz    | sp-x (D1.Lst)           |
|   |   | Gymnastik         | sp-x (D2.Lst)           |
|   |   | Tanz              | sp-x (D3.Lst)           |
|   |   | Bewegungskünste   | sp-x (D4.Lst)           |
| E | Bewegen im Wasser   | Sportschwimmen    | sp-x (E1.Lst)           |
|   |   | Rettungsschwimmen | sp-x (E2.Lst)           |
|   |   | Wasserball        | sp-x (E3.Lst)           |
|   |   | Wasserspringen    | sp-x (E4.Lst)           |
|   |   | Synchronschwimmen | sp-x (E5.Lst)           |
| F | Mit/gegen Partner kämpfen                                     | Boxen             | sp-x (F1.Lst)           |
|   |   | Fechten           | sp-x (F2.Lst)           |
|   |   | Judo              | sp-x (F3.Lst)           |
|   |   | Ringen            | sp-x (F4.Lst)           |
| G | Fahren, Rollen, Gleiten:<br>Fahren und Gleiten auf dem Wasser | Kanufahren        | sp-x (G1.Lst)           |
|   |   | Rudern            | sp-x (G2.Lst)           |
|   |   | Segeln            | sp-x (G3.Lst)           |
|   |   | Windsurfen        | sp-x (G4.Lst)           |
| G | Fahren, Rollen, Gleiten:<br>Fahren und Gleiten auf Schnee     | Skifahren         | sp-x (G5.Lst)           |
|   |   | Skilanglauf       | sp-x (G6.Lst)           |
|   |   | Snowboardfahren   | sp-x (G7.Lst)           |
| H | Fahren, Rollen, Gleiten:<br>Fahren und Rollen                 | Radfahren         | sp-x (G8.Lst)           |
|   |   | Inline-Skating    | sp-x (G9.Lst)           |
| H | Fitness   | Fitnesssport      | sp-x (H1.Lst)           |

\* Die Kursbezeichnungen gelten nur für Berlin. Für „x“ wird das Kurshalbjahr 1, 2, 3 oder 4 eingesetzt, für „Lst“ die Leistungsstufe I, II oder III.

## Sporttheoriekurse

### Sporttheoriekurs (sp-x(IJ)): Sporttheorie IJ

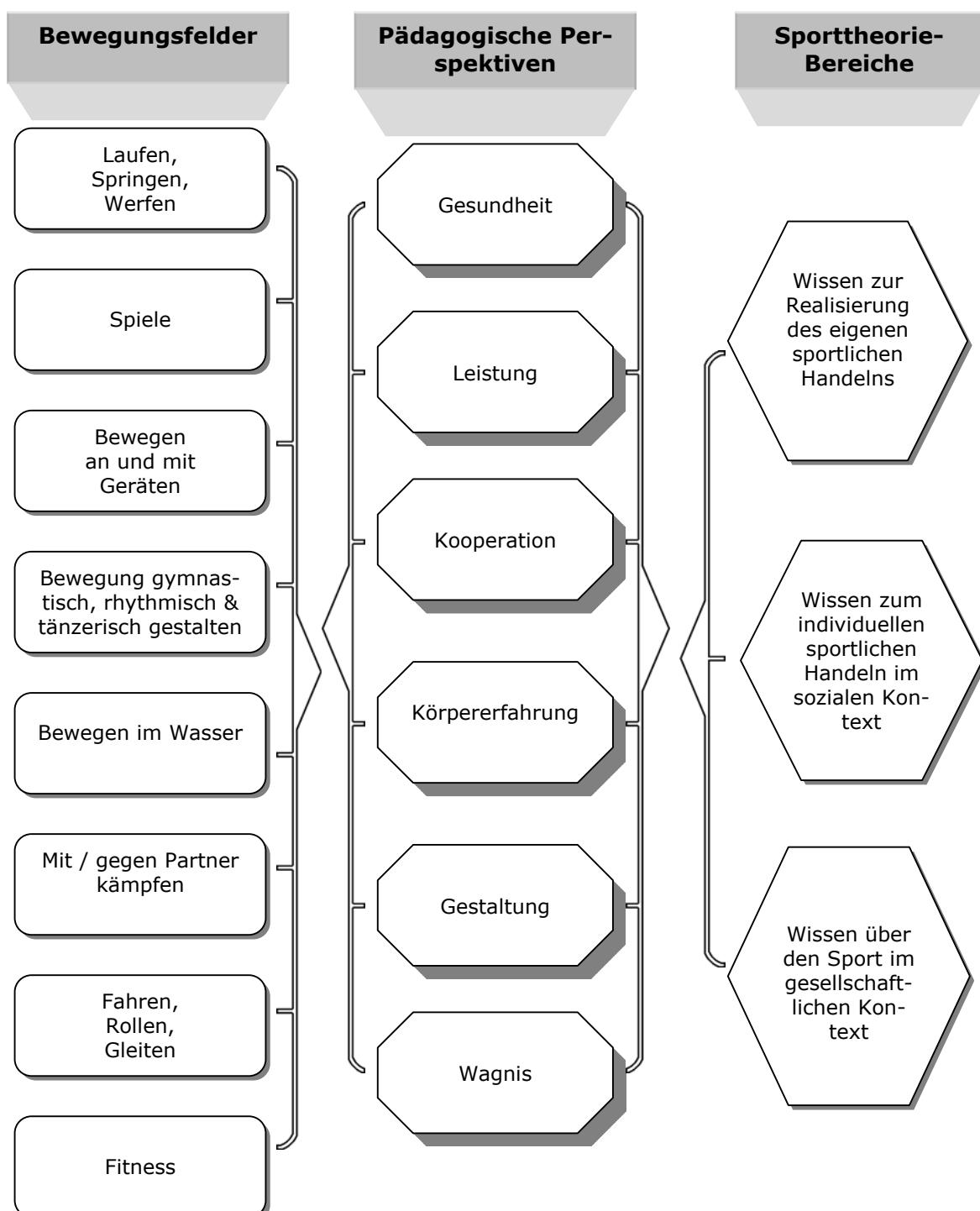
- Wissen zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (I)
- Wissen zum individuellen Handeln im sozialen Kontext (J)

### Sporttheoriekurs (sp-x(IK)): Sporttheorie IK

- Wissen zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (I)
- Wissen über den Sport im gesellschaftlichen Kontext (K).

In jedem Sporttheoriekurs sind enge Theorie-Praxis-Bezüge zu mindestens zwei Bewegungsfeldern herzustellen.

Die nachfolgende Grafik gibt einen Überblick über die Bewegungsfelder, die pädagogischen Perspektiven und Bereiche der Sporttheorie sowie deren Verknüpfungsmöglichkeiten.



## 5.2 Leistungskursfach

### Sportpraxiskurse

Die Festlegungen zum Grundkursfach gelten analog. Bei den Kursbezeichnungen wird das Kürzel „sp“ durch „SP“ für das Leistungskursfach ersetzt.

### Sporttheoriekurse

#### **Sporttheoriekurs (SP-x(I)): Sporttheorie I**

- Wissen zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns (I)

#### **Sporttheoriekurs (SP-x(J)): Sporttheorie J**

- Wissen zum individuellen Handeln im sozialen Kontext (J)

#### **Sporttheoriekurs (SP-x(K)): Sporttheorie K**

- Wissen über den Sport im gesellschaftlichen Kontext (K)

#### **Sporttheoriekurs (sp-x(L)): Sporttheorie L**

- Ausgewählte Inhalte aus einem oder mehreren der Bereiche I, J und K

In jedem Sporttheoriekurs sind enge Theorie-Praxis-Bezüge zu mindestens zwei Bewegungsfeldern herzustellen.

## 6

# Sonstige Regelungen

## 6.1 Jahrgangsübergreifender Unterricht

Das Grundkurs- und das Leistungskursfach Sport können ohne Einschränkung jahrgangsübergreifend unterrichtet werden.

## 6.2 Weitere mögliche Kurse

Neben den hier dargestellten Grund- und Leistungskursen können weitere Grundkurse angeboten werden, deren Inhalte durch die Schulen entwickelt und durch die für das Schulwesen zuständige Senatsverwaltung genehmigt werden.

Folgende weitere Grundkurse sind möglich:

- weitere Sportpraxiskurse
- Seminarkurse,  
in denen sich die Schülerinnen und Schüler fachübergreifend und/oder fächerverbindend auf eine Prüfung im Rahmen der "Besonderen Lernleistung" vorbereiten.

## 6.3 Fremdsprachiger Sachfachunterricht

Die zunehmende internationale Kooperation und der globale Wettbewerb verändern die Erwartungen an Lernende. Die Fähigkeit, Vorträge, Texte und Materialien zu einer Vielfalt von Themen in einer Fremdsprache verstehen und präsentieren zu können, wird an Hochschulen von den Studierenden ebenso erwartet wie in international agierenden Firmen und Wissenschaftsbetrieben von qualifizierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Darüber hinaus ist im Kontext internationalen Zusammenwirkens die Bereitschaft zum interkulturell sensiblen Umgang miteinander von großer Bedeutung.

Neben der Ausrichtung des Fremdsprachenunterrichts auf interkulturelle Handlungsfähigkeit ermöglichen längere und kürzere Sachfach-Unterrichtssequenzen in der Fremdsprache den Schülerinnen und Schülern, sich auf die neuen Herausforderungen in einer globalisierten Welt vorzubereiten. Vertiefend können sie dies an Schulen tun, in denen neben dem Fremdsprachenunterricht mindestens ein weiteres Fach in einer Fremdsprache unterrichtet wird.

Der Sachfachunterricht in der Fremdsprache erfolgt auf der Grundlage der Rahmenlehrpläne für die jeweiligen Unterrichtsfächer. Themen und Inhalte werden durch Festlegungen in schulinternen Curricula präzisiert und erweitert.

Bilinguale Züge und Schulen arbeiten in der gymnasialen Oberstufe auf der Grundlage besonderer Regelungen, die u.a. Festlegungen bezüglich der fremdsprachig erteilten Unterrichtsfächer treffen. Auch für diese Fächer gilt der Rahmenlehrplan der Berliner Schule mit den jeweiligen schulspezifischen Ergänzungen in Form von Unterrichtsplänen, die Elemente der jeweiligen Referenzkulturen einbeziehen.

Der Sachfachunterricht in der Fremdsprache bereichert und ergänzt den lebensnahen und effizienten Fremdsprachenunterricht. Er trägt zu einer erhöhten Fremdsprachenkompetenz bei, indem er die sprachlichen Lernprozesse des Fremdsprachenunterrichts fachspezifisch in den Bereichen Fachterminologie, Redemittel und Kommunikationsformen vertieft. Im fremdsprachigen Sachfachunterricht arbeiten die Schülerinnen und Schüler auf der Grundlage von authentischen Texten (im Sinne des erweiterten Textbegriffs), die sie unter Anleitung oder selbstständig bearbeiten und auswerten. Sie lernen, ihre Arbeitsergebnisse in der Fremdsprache zu präsentieren, und üben sich im Kommunizieren über Inhalte der Sachfächer als Vorbereitung auf das Studium und die berufliche Tätigkeit in internationalen Kontexten. In Gruppenarbeitsphasen und in der Kommunikation mit Externen verhandeln sie erfolgreich in der Fremdsprache. Die korrekte Sprachverwendung wird insbesondere unter dem Aspekt der erfolgreichen Kommunikation gefördert.

Der Sachfachunterricht in der Fremdsprache bietet in besonderer Weise die Möglichkeit zum fachübergreifenden und fächerverbindenden Lernen. Der Sachfachunterricht bezieht verstärkt Themenbeispiele, Sichtweisen und methodisch-didaktische Ansätze aus den jeweiligen Referenzkulturen ein. Auf diese Weise fördert er die multiperspektivische Auseinandersetzung mit fachspezifischen Zusammenhängen und damit die Reflexion sowie Neubewertung der eigenen Lebenswirklichkeit und der eigenen Wertvorstellungen. Die Vermittlung fachspezifischer Arbeitsweisen und Darstellungskonzeptionen der jeweiligen Referenzkultur ermöglicht eine aktive Teilnahme der Schülerinnen und Schüler am internationalen Wissenschaftsdiskurs.

Die Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung erfolgen auf der Grundlage der für das jeweilige Sachfach festgelegten Bewertungskriterien.

## 7

## Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung im Fach Sport

Die Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung gehören unterrichtsimmmanent zum Fach Sport. Sie beziehen sich auf die im Unterricht vermittelten Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Hierzu stellen Schülerinnen und Schüler zentrale Zusammenhänge grundlegender Wissensbereiche dar, erkennen die Funktion und Bedeutung vielseitiger Erfahrungen und sind in der Lage vorhandene und neu erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten miteinander zu verknüpfen. Dabei werden ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im Umgang mit Sprache, Wissen und Können situationsangemessen, zielorientiert und adressatengerecht überprüft und bewertet.

Grundlage der Leistungsbewertung sind alle im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten Leistungen, insbesondere schriftliche Arbeiten, mündliche Beiträge und praktische Leistungen. Die Leistungen bei der Mitarbeit im Unterricht sind für die Beurteilung ebenso zu berücksichtigen wie die übrigen Leistungen. Leistungen, die Schülerinnen und Schüler im Rahmen von Angeboten an außerschulischen Lernorten erbringen, können in eine Leistungsbewertung einbezogen werden.

In die Beurteilung der Unterrichtsleistung („Allgemeiner Teil“) gehen unterrichtsimmantente Lernerfolgskontrollen ein, die den Leistungsstand in allen Kompetenzbereichen widerspiegeln. Den Schwerpunkt soll hierbei die Beurteilung der erreichten sportlichen Handlungsfähigkeit bilden. Der individuelle Lernfortschritt und die individuellen Lernvoraussetzungen sowie der Leistungsstand der Lerngruppe sollen angemessen mit berücksichtigt werden. Zur Leistungsfeststellung und -bewertung können verschiedene Formen genutzt werden.

Für die Bewertung der Abschlussleistung („Klausur“), die nicht zwingend in der letzten Unterrichtsphase stattfinden muss, sind die Aufgabenstellungen derart auszuwählen, dass sie den Entwicklungsstand möglichst vieler Kompetenzen abzuprüfen in der Lage sind. Die Abschlussleistung setzt sich in allen semesterbegleitenden Sportpraxiskursen im Grund- und Leistungskursfach wie folgt zusammen:

- ein kursspezifischer zweiteiliger Praxistest (je nach Aufgabenart ggf. mit reflexiven Anteilen)
- ein kursspezifischer schriftlicher Theorietest (im Umfang von maximal 30 Minuten)
- ein 12-Minuten-Lauf als Standard-Ausdauerleistung in allen Sportpraxiskursen

Alle vier erbrachten Leistungen (zwei Teile des Praxistests, Theorietest, 12-Minuten-Lauf) werden gleich gewichtet.

Die Abschlussleistung setzt sich in den zusätzlich belegten geblockten Sportpraxiskursen wie folgt zusammen:

- ein kursspezifischer zweiteiliger Praxistest (je nach Aufgabenart ggf. mit reflexiven Anteilen)
- ein kursspezifischer schriftlicher Theorietest (im Umfang von maximal 30 Minuten)

Alle drei erbrachten Leistungen (zwei Teile des Praxistests und Theorietest) werden gleich gewichtet.

Der Theorietest hat reproduktive (AB I) und reflexive Anteile (Leistungsstufe I: AB II; Leistungsstufen II und III: AB II und III). Die reflexiven Anteile umfassen in der Leistungsstufe I etwa 25 %, in den Leistungsstufen II und III etwa 50 %.

Unterschiedliche Aufgabenarten bieten die Möglichkeit, im Unterricht erworbene Bewegungsfertigkeiten und –fähigkeiten zu überprüfen. Die hier dargestellten Aufgabenarten stellen Grundmuster dar, die auch kombinierbar sind.

| Aufgabenart | Kurzname             | Beschreibung der Aufgabenart   | empfohlen v. a. für folgende Bewegungsfelder |
|-------------|----------------------|--|--|
| 1           | Wettkampf gemäß Norm | Aufgaben, in denen die individuelle Leistung sich an zentralen Vorgaben in Form von Normwerten orientiert  | A, C, D, E, G, H                             |
| 2           | Wettkampfsituation   | Aufgaben, in denen die sportliche Handlungsfähigkeit im Wettkampf oder in einer wettkampfnahen/spielnahen Situation mit Gegnern nachgewiesen wird                      | B, F, G                                      |
| 3           | Demonstration        | Demonstration einer sportlichen Fertigkeit oder einer taktischen Variante nach vorgegebenen Kriterien in den jeweiligen Bewegungsfeldern, ggf. mit reflexiven Anteilen | alle   |
| 4           | situative Anwendung  | Aufgaben, in denen Bewegungsfertigkeiten und -fähigkeiten in vorgegebenen Situationen angewendet werden, ggf. mit reflexiven Anteilen                                  | B, F, G                                      |
| 5           | Kooperation          | Aufgaben, die die kooperative Leistung fordern, ggf. mit reflexiven Anteilen   | B, C, D, H                                   |
| 6           | Gestaltung           | Aufgaben, die begründete Gestaltungentscheidungen fordern  | C, D, H                                      |
| 7           | Planung              | Aufgaben, in denen eine sportliche Handlungssituation geplant, vollzogen, auch für andere organisiert, ggf. begründet und dargestellt wird                             | alle   |
| 8           | Analyse              | Aufgaben, in denen sportliche Handlungen vollzogen, analysiert werden und darauf aufbauend ein Handlungsplan erstellt wird   | alle   |

Die Formen der Leistungsbeurteilungen sind sowohl output- wie auch prozessorientiert und erfolgen im Fach Sport mit einem deutlichen Übergewicht in der Sportpraxis. Dennoch sind auch unterrichtsimmanent schriftliche Leistungsüberprüfungen möglich, z. B. Übungsbeschreibungen in entsprechender Fachsprache in den Bewegungsfeldern C (Bewegen an und mit Geräten) und D (Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten), Beschreibungen von Spielsituationen im Bewegungsfeld B (Spiele), Beschreibungen oder Analysen von sportlichen Techniken in allen Bewegungsfeldern, Trainingsplanungen z. B. in den Bewegungsfeldern A (Laufen, Springen, Werfen) oder E (Bewegen im Wasser) oder schriftliche Ausarbeitungen von Übungsprogrammen z. B. im Bewegungsfeld H (Fitness). Diese unterrichtsimmanente schriftlichen Leistungsüberprüfungen ersetzen den kursspezifischen schriftlichen Theorietest als Bestandteil der Abschlussleistung nicht.

Schulinterne Festlegungen zur differenzierten Bewertung von Schülerleistungen und zur kriteriengeleiteten Einschätzung von Eigen- und Fremdleistungen sind im schulinternen Curriculum auszuweisen.