

Ergänzungsdokument zur Übersicht der Unterrichtsvorhaben im Fach Sport in den jeweiligen Jahrgangsstufen

Die im ersten Dokument des schulinternen Lehrplans aufgeführten Unterrichtsvorhaben sollen den sukzessiven Aufbau der Gesamtheit von Kompetenzen gewährleisten, die im Kernlehrplan Sport NRW für Gymnasien als verbindliche Ziele unterrichtlicher Arbeit ausgewiesen sind. Diese Kompetenzen werden im Folgenden benannt - getrennt nach den Bewegungsfeldern/Sportbereichen, in denen sie angebahnt werden und zum Tragen kommen.

Kompetenzerwartungen am Ende der Jahrgangsstufe 6

Bewegungsfeld/Sportbereich 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern,
- in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben,
- eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden,
- kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern,
- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.

Bewegungsfeld/Sportbereich 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen,
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen,
- beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben,

- einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen,
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen,
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen,
- eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen,
- eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen,
- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten,
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten,
- technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben,
- am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden,
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrechterhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben,
- sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten

Bewegungsfeld/Sportbereich 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben,
- grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden,
- grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben,

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen,
- einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten.

Bewegungsfeld/Sportbereich 7: Spielen in und mit Regelstrukturen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern,
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten,
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären,
- ein großes Mannschaftsspiel (Basketball) und ein Partnerspiel (Badminton) in vereinfachten Formen mit- und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden,
- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen,
- Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen,
- sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden,
- durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.

Kompetenzerwartungen am Ende der Jahrgangsstufe 9

Bewegungsfeld/Sportbereich 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen
- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen,
- eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten,
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen,
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen

Bewegungsfeld/Sportbereich 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden,

- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln,
- Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Bewegungsspiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen..

Bewegungsfeld/Sportbereich 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern,
- eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen,
- beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben,
- einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- leichtathletische Wettkampfregeleln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten,
- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Derzeit gibt es für die Mittelstufe mangels stundenplankompatibler bzw. annehmbarer Schwimmbadzeiten keinen weiteren Schwimmunterricht. Die Kompetenzerwartungen in diesem Bewegungsfeld/Sportbereich gehen daher nicht über das hinaus, was weiter oben für das Ende der Jahrgangsstufe 6 ausgewiesen wurde.

Bewegungsfeld/Sportbereich 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden,
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen,
- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen,
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen,

- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen,
- eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten.

Bewegungsfeld/Sportbereich 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,
- in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren,
- Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren,
- eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern..

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
- bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 7: Spielen in und mit Regelstrukturen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren,
- das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern,
- konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern,
- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden,
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen,
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern,
- technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden..

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen,

Bewegungsfeld/Sportbereich 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern,
- mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen.

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten,
- kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben.

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen,
- Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.

Kompetenzerwartungen am Ende der Jahrgangsstufe EF

Im Folgenden werden die am Ende der Jahrgangsstufe EF erwarteten Kompetenzen ausgewiesen – zunächst getrennt nach Inhaltsbereichen, dann nach Bewegungsfeldern/Sportbereichen.

Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen

Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben..

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren..

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

Inhaltsfeld d: Leistung

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren(z.B. Lerntagebuch).

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen.

Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

Inhaltsfeld f: Gesundheit

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

Kompetenzerwartungen in den für die EF ausgewählten Bewegungsfeldern/Sportbereichen

Bewegungsfeld/Sportbereich 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren,
- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Bewegungsfeld/Sportbereich 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren,
- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

Bewegungsfeld/Sportbereich 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren,
- ein (Hand-) Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 7: Spielen in und mit Regelstrukturen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- in Basketball, Uni-Hockey und Badminton gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Hinweise für die Qualifikationsphase

In der Qualifikationsphase wählen die Schülerinnen und Schüler sowohl im Grundkurs als auch im Leistungskurs Profile, d.h. sie entscheiden sich, welche Bewegungsfelder/Sportbereiche schwerpunktmäßig Gegenstand des Unterricht sein werden. Die konkreten Unterrichtsvorhaben und die darin anzubahrenden Kompetenzen sind natürlich abhängig von dem jeweils gewählten Profil. Aufgrund der Vielzahl von möglichen Profilbildungen ist eine Darstellung von Kompetenzerwartungen für jedes mögliche Profil an dieser Stelle nicht zweckmäßig. Bezüglich der unabhängig von der Profilwahl bestehenden Obligatorik sei auf die relevanten Passagen des Kernlehrplans Sport für die SEK II verwiesen.

https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/upload/klp_SII/sp/KLP_GOSt_Sport.pdf