

# **Lehrplan Sport für die Mittelstufe (Jahrgangsstufen 5-9/10)**

Gliederung	Seite
1. Allgemeine Aufgabenbeschreibung des Faches Sport	18
2. Der Sportunterricht in den Jahrgangsstufen 5-9/10	19
3. Ziele und Inhalte	20
4. Die Schulsportarten	22
4. 1. Grundanforderungen für die verbindlichen Sportarten	22
4. 1. 1. Sportspiele	22
4. 1. 2. Individualsportarten	23
4. 2. Grundanforderungen für die Wahlsportarten	26
4. 2. 1. Sportspiel	26
4. 2. 2. Individualsportarten	26
5. Unterrichtsplanung und Unterrichtsgestaltung	28
5. 1. Organisatorischer Rahmen und schuleigene Planung	28
5. 2. Differenzierende Maßnahmen bei der Unterrichtsplanung des Lehrers	29
5. 3. Fächerübergreifendes Arbeiten	30
5. 4. Leistungsbeurteilung im Sportunterricht	30
6. Wahlpflichtunterricht	31
7. Sportförderunterricht	31
8. Außerunterrichtlicher Schulsport	31

## **1. Allgemeine Aufgabenbeschreibung des Faches Sport**

Aufgabe des Faches ist die allseitige Entwicklung von Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnissen im Sport. Dabei können das Verhalten und die Persönlichkeit der Schülerinnen und Schüler beeinflusst und geformt werden. Nicht nur die an Regeln gebundenen Sportarten sind dafür von Bedeutung. Neben regelgebundenen Bewegungsaktivitäten kommen auch zweckgerichtete Übungen, die der Gesundheit dienen oder bestimmte pädagogisch begründete Bewegungserfahrungen vermitteln und freie Bewegungsaktivitäten zur Geltung. Zielperspektive sollte sein, bei Schülerinnen und Schülern ein die Schulzeit überdauerndes Interesse am Sport zu entwickeln.

Der Aufgabenbereich des Faches Sport erstreckt sich nicht nur auf den verbindlichen Sportunterricht im Pflicht- und Wahlbereich, sondern auch auf den außerunterrichtlichen Schulsport, wie er in Arbeitsgemeinschaften, bei Klassenfahrten, bei der Vorbereitung und Durchführung von Wettkämpfen und im Zusammenhang mit Schulfesten stattfindet.

Die Schülerinnen und Schüler sollen im Sportunterricht Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen erwerben, die sich zu folgenden allgemeinen Lernzielen zusammenfassen lassen:

- Erhaltung der Gesundheit,
- Anleitung zu sinnvoller Gestaltung der Freizeit, Verbesserung der Lebensqualität,
- Entwicklung sportspezifischer Handlungsformen: Üben, Spielen, Wettfeiern, Gestalten,
- Entwicklung der Wahrnehmungsfähigkeit und des Reaktionsvermögens,
- Entwicklung eines positiven Selbstbildes, Erweiterung sozialer Kompetenz,
- Entwicklung von Verantwortungsbewußtsein für die Umwelt,
- Befähigung zur aktiven Gestaltung des Schullebens.

## **2. Der Sportunterricht in den Jahrgangsstufen 5 bis 9/10**

Der Sportunterricht in den Klassen 5-9/10 baut die in der Grundschule gesammelten Bewegungserfahrungen aus; die erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse bilden die Grundlage.

Die besondere Bewegungsfreude und Geschicklichkeit der Schülerinnen und Schüler in den Jahrgangsstufen 5 und 6 sind günstige Voraussetzungen, ihnen ein möglichst breites und differenziertes Angebot an Sportbereichen und Sportarten zu unterbreiten.

Die einsetzende Pubertät, die Auswirkungen auf die psychische und physische Konstitution, die Lernbereitschaft, das Lerntempo und die Interessenlage der Schüler haben kann, muss berücksichtigt werden. Individuelle Belastungsdosierung, unterschiedliche Organisationsformen und das Angebot zur Mitgestaltung der Lernsituation kommen den Schülern entgegen und bieten zahlreiche Kompensationsmöglichkeiten, z.B. gegenüber Bewegungsunlust, körperlichen Veränderungen, Isolierungstendenzen. Es sollten bewusst solche Arbeitsformen gewählt werden, in denen die Schüler Verantwortung für ihre Mitschüler übernehmen können. Die Koedukation sollte über die Primarstufe hinaus fortgesetzt werden, wenn dies pädagogisch und sportfachlich vertretbar ist.

Im Verlaufe der Pubertät kommt es bei den Schülerinnen und Schülern zur Ausbildung ihrer individuellen Konstitution und meist zu einer Umschichtung ihrer Interessen. Daher sollte dem Prinzip der Neigung und dem Prinzip der zunehmenden Spezialisierung vorrangig in den Klassen 9 und 10 sowie im Wahlpflichtunterricht und im außerunterrichtlichen Schulsport Rechnung getragen werden. Kursusunterricht sollte erst in diesen Jahrgangsstufen einsetzen, um den Schülerinnen und Schülern eine möglichst lange Zeit zur Orientierung und zum Kennenlernen möglichst vieler Sportarten zu bieten. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind folgende didaktische Grundsätze zu berücksichtigen:

### **Schülerorientierung**

Im Sportunterricht soll sich der Spiel und Bewegungstrieb der Schüler entfalten, sowie ihr Bedürfnis nach gemeinsamen Handeln und Gestalten befriedigt werden. Schülerorientierung bedeutet deshalb, dass im Unterricht Erleben und ganzheitliches Erfahren im Vordergrund stehen. Erleben und Erfahren sind bestimmten Entwicklungsphasen unterworfen, die Sport unterschiedlich wahrnehmen lassen. Die

Gefahr der Überforderung, die eine Abwendung von sportlichen Aktivitäten nach sich ziehen kann, ist deshalb zu berücksichtigen.

Sportunterricht hat deshalb folgendes zu beachten:

- die unterschiedlichen Voraussetzungen und Bedürfnisse,
- die unterschiedlichen psychosomatischen Befindlichkeiten (Unlust, Angst, Aggressionen, Hemmungen...),
- ein vielfältiges und abwechslungsreiches Angebot, das den unterschiedlichen Neigungen und Interessen der Schülerinnen und Schüler entgegenkommt,
- die Vermeidung frühzeitiger Spezialisierung bei gleichzeitiger Förderung von Talenten,
- das Berücksichtigen außerschulischer Erfahrungen,
- die Vermittlung von Erfolgserlebnissen durch das Erfahren persönlicher Leistungsfortschritte,
- die Grundspannung zwischen Spontaneität und Freude einerseits und dem Reglement andererseits.

### **Handlungsorientierung**

Sportunterricht und außerunterrichtlicher Schulsport sind immer auf Bewegungsaktivitäten ausgerichtet, die im Spannungsfeld von Spiel und Leistung ablaufen. Dabei kann den Schülerinnen und Schülern in besonderer Weise die Bedeutung des Spiels, aber auch der Leistung und der Leistungsverbesserung bewußt gemacht werden. Handlungsorientierter Unterricht hat folgendes zu beachten:

- Entwicklung und Förderung von Bewegungsbedürfnissen, Maßnahmen des Sportförderunterrichts,
- Förderung und Erhaltung der Spielfähigkeit durch ein vielfältiges Angebot von Spielhandlungen,
- eine Unterrichtsgestaltung, die sich am individuellen Können des Schülers orientiert, ihn fordert und ihm hilft, seine Leistungen zu verbessern,
- Förderung der Kooperation der Schüler durch Helfen und Sichern und beim gemeinsamen Spielen; dazu gehören auch das Verabreden und Einhalten von Regeln und die Konfliktbewältigung,
- Förderung rhythmischen Empfindens und rhythmischen Ausdrucksvermögens durch die Koordination von Musik und Bewegung,
- Vorbereitung und Unterstützung der Schülerinnen und Schüler im Hinblick auf Sport in der Freizeit und aktive Freizeitgestaltung; dazu gehören auch das Aufgreifen und die Berücksichtigung der außerschulischen Erfahrungen.

### **Gesellschaftsorientierung**

Im Sportunterricht muß die Funktion des Sports in der Gesellschaft berücksichtigt werden. Der Sport kann der Entfaltung der Erlebnis- und Gestaltungsfähigkeit des Menschen dienen. Mit der technologischen Entwicklung nimmt die Bedeutung der Freizeit zu. Dies stellt eine besondere Herausforderung für den Sport dar. Für den Unterricht ergeben sich folgende Konsequenzen:

- O Der Sportunterricht muß soziale Verhaltensweisen einüben:

- in der rechten Weise miteinander wetteifern können (Konflikte austragen und bewältigen, sich dem Mitspieler und Gegner gegenüber fair verhalten),
  - die Grenzen des eigenen Könnens einschätzen und auch Misserfolge ertragen,
  - faires Zuschauerverhalten erkennen und anstreben (Anerkennung der Leistung anderer und Beurteilung von Fehlverhalten),
  - sportliche Aktivitäten organisieren können.
- Der Sportunterricht muß dazu beitragen, Schülerinnen und Schüler zur Beurteilung negativer Erscheinungen zu befähigen, z.B.
- im Hochleistungssport,
  - im Bereich der Kommerzialisierung des Sports.
- Der Sportunterricht muß den Schülerinnen und Schülern Hilfen für eine sinnvolle Gestaltung ihrer Freizeit geben:
- Anregungen für die Gestaltung von Sport und Spielfesten,
  - aktive Feriengestaltung,
  - Anschluss an sporttreibende Gruppen.

### **Wissenschaftsorientierung**

Die Sportwissenschaft und ihre Bezugswissenschaften haben für den Sportunterricht dienende Funktionen. Wissenschaftsorientierung bedeutet:

- Anwendung und Beachtung der Erkenntnisse von Sportwissenschaft und ihrer Bezugswissenschaften bei der Planung und Durchführung von Unterricht, z.B.
- Entwicklungsphysiologische Voraussetzungen,
  - Grenzen der Belastbarkeit,
  - Folgen einseitiger Belastungen,
  - Motivation,
  - Gruppendynamik,
  - Trainingswirkungen,
  - biomechanische Zusammenhänge.
- Vermittlung entsprechenden Grundlagenwissens in enger Bindung an Bewegungserfahrungen,
- Erschließung der lebenspraktischen Bedeutung dieser Erkenntnisse für die Schülerinnen und Schüler, in bezug auf
- Hygiene,
  - gesunde Lebensführung,
  - Haltungsschäden.

### **3. Ziele und Inhalte**

Unter Berücksichtigung der in der allgemeinen Aufgabenbeschreibung dargelegten Lernziele und der altersgemäßen Voraussetzungen ergeben sich Ziele, die im Folgenden inhaltlich erläutert werden:

## **Unterschiedliche Auswirkungen von sportlicher Betätigung auf die Gesundheit erkennen und beurteilen.**

Im Sportunterricht lassen sich Situationen gestalten, die die physiologischen Prozesse wie Atmung oder Muskelarbeit bewusst werden lassen, Willenskraft herausfordern und andererseits das Gefühl des Wohlbefindens vermitteln. Bei Themen wie „Konditionstraining mit unterschiedlichen Belastungen“ oder „Gegenüberstellung von Kraft- und Ausdauertraining“ können Schüler erleben, wie je nach Belastungsintensität und -dauer Wünsche nach Entspannung, Ausgleich oder anders gelagerter Anstrengung entstehen. Sie erproben verschiedene Formen, die Ausruhpause auszufüllen (z.B. aktive oder passive Erholung).

Auch Fragen der Körperhygiene und Ernährung stehen im engen Zusammenhang mit der Durchführung von Sport: Duschen vor dem Schwimmen und Duschen und Waschen generell nach dem Sport; Kleidung, die nur für den Sport verwendet wird; Nahrungsaufnahme vor und nach dem Sport; Sport während der Menstruation.

## **Sportspezifisches Verhalten erlernen**

Der Einfluss sportlicher Aktivitäten auf Selbstbehauptung, Kooperationsbereitschaft, Aufmerksamkeit usw. kann als belegt angesehen werden. Dabei ist zunächst der Erwerb sportspezifischen Verhaltens (kooperatives Verhalten, faires Verhalten, Verhalten in Konfliktsituationen, als Schiedsrichter, als Wettkämpfer, als Zuschauer, als Sieger, als Verlierer) wesentlich. Ein Transfer auf andere Lebensbereiche ist anzustreben.

Um in der Schule eine möglichst positive Beeinflussung sportspezifischen Verhaltens zu erreichen, ist es notwendig,

- vermehrt Übungen anzubieten, die die Zusammenarbeit von mehreren Schülern erfordert,
- Übungen abzubauen, die individuelles Konkurrenzverhalten verstärken und begünstigen,
- Wettkämpfe auf Mannschaftsebene zu verlagern,
- Zielsetzungen vorzugeben, die die Verbesserung der eigenen Leistung über den Sieg im Wettkampf stellt,
- Anforderungen durch ein differenziertes Lernangebot so zu stellen, das alle Schüler ihren Möglichkeiten entsprechend befriedigende Aktivitäten im Sport ausführen und erfolgreich sein können.

## **Individuelle motorische Eigenschaften (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und koordinative Fähigkeiten) verbessern**

Gute motorische Eigenschaften sind wichtige Voraussetzungen, um sich mit Erfolg und Freude sportlich zu betätigen. Dem Ausgleich von Mängeln und Schwächen kommt besondere Bedeutung zu: Koordinationsstörungen, ungünstige konstitutionelle und konditionelle Voraussetzungen sollen verbessert werden. Die Aufwärmphase, Kleine Spiele, Kreis- und Stationstraining, Konditionsprogramme können individuelle Belastungsreize setzen.

## **Die Handlungsfähigkeit im Spielentwickeln**

Eine allgemeine Spielfähigkeit wird in der Grundschule vorbereitet. In den Jahrgangsstufen 5-9/10 sollen die Schülerinnen und Schüler befähigt werden,

- sich an Sportspielen beteiligen zu können, d.h. technische und taktische Grundsituationen eines Sportspiels zu beherrschen,
- Sportspiele selbst organisieren zu können (Festlegung von Regeln, Einigung über Spielfeldgröße, Mannschaftsstärke, Übernahme von Spielerrollen, Schiedsrichtertätigkeiten, Turnierleitung, ...)
- systematisch zu üben und zu trainieren.

Das Spielen selbst sollte jedoch im Vordergrund stehen und das methodische Vorgehen bestimmen. Spielreihe, spielnahe Komplexübungen mit ergänzenden methodischen Übungsreihen bieten sich hier an. Damit das Spielverständnis und das Zusammenwirken der Mannschaftsteile verbessert wird, sollten Spielgruppen über längere Zeit zusammen spielen. Ein Spiel von etwa gleichstarken Mannschaften führt auf Dauer für alle zu befriedigenden Erlebnissen. Die Unterstützung schwacher Mitspieler und deren Integration in das mannschaftliche Zusammenspiel sind anzustreben.

### **Richtiges Verhalten in den natürlichen Sportstätten erlernen**

Der Sportunterricht hat seinen spezifischen Beitrag zur Erhaltung der Umwelt zu leisten. Beim Sporttreiben in der Natur, auf den natürlichen Sportstätten, z.B. dem Trimpfad, den Orientierungslauf-Strecken, den Skipisten, den Loipen, an Gewässern und auf Wanderwegen, sollen die Schülerinnen und Schüler Verständnis gewinnen für die Belange des Natur- und Umweltschutzes und rücksichtsvoll gegenüber der Landschaft, Tier- und Pflanzenwelt sein.

### **Sportliche Aktivitäten organisieren und variieren, zu selbständigem Sporttreiben hinführen**

Wann immer sich die Gelegenheit bietet, sollen die Schüler an der Unterrichtsgestaltung beteiligt werden. Dabei sollen die Mitsprachemöglichkeiten der Schüler zunehmend ausgeweitet werden. Es bedarf dazu der Anleitung des Lehrers und sportdidaktischer Überlegungen unter Beachtung der Sorgfalts- und Aufsichtspflicht. Ziel ist es, die Schüler zu selbständigem Sporttreiben in der Schule und der Freizeit zu befähigen.

### **Sporterfahrungen der Grundschule ausbauen und weitere Sportarten kennen lernen**

Die breite sportliche Grundausbildung der Grundschule orientiert sich vorrangig an den Sportbereichen Spielen-Lernen, Turnen-Lernen, Rhythmisch-Bewegen-Lernen, Tanzen-Lernen, Laufen-, Springen-, Werfen-Lernen, Schwimmen-Lernen. In den Jahrgangsstufen 5-9/10 tritt eine Verschiebung zugunsten der Sportarten ein. Dabei liegt der Schwerpunkt einerseits auf dem Kennenlernen möglichst vieler Sportarten, andererseits aber auch darin, ausgewählte Sportarten vertieft zu betreiben, um die Wahlmöglichkeit entsprechend der individuellen Neigungen in den Klassen 9 und 10 vorzubereiten. Dieser Forderung muss der schuleigene Plan gerecht werden. Es sollte eine zeitlich möglichst ausgewogene Verteilung der Sportarten erreicht werden, wobei regionale Besonderheiten Schwerpunktsetzungen zulassen. Der Wahlpflichtbereich bietet die Möglichkeit, weitere Sportarten kennen zu lernen bzw. Inhalte aus dem Pflichtbereich zu vertiefen.

### **Zu bewusstem Sporterleben hinführen**

Mehr als bisher soll auf das Prinzip der Bewusstheit im Sportunterricht Gewicht gelegt werden. Über das Beherrschen motorischer Eigenschaften und Fertigkeiten hinaus sind Kenntnisse und Erfahrungen über die Wirkungen von gezielten Trainingsprozessen, das Wissen über den möglichen Einfluss motorischer Aktivitäten auf Persönlichkeitsmerkmale, wie Selbstvertrauen, Selbstbehauptung... besonders wichtig.

#### **4. Die Schulsportarten**

Bei der Realisierung der Ziele und Inhalte des Sportunterrichts wird von Sportarten ausgegangen, die besonders vielfältige pädagogische Möglichkeiten bieten und für die zugleich an den meisten Schulen geeignete Lehrer und Übungsstätten zur Verfügung stehen.

Jede Schulsportart erfordert den Erwerb grundlegender Handlungsdispositionen, die

- den Erwerb eines breiten Repertoires an Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnissen,
  - ihren Einsatz zur Bewältigung von Bewegungsaufgaben in unterschiedlichen Situationen, umfassen.
- Dabei wird unterschieden zwischen
- verbindlichen Sportarten und
  - Wahlsportarten

##### **Verbindliche Sportarten:**

Basketball, Fußball, Gerätturnen, Rhythmische Sportgymnastik oder Tanz, Handball, Leichtathletik, ein Rückschlagspiel (Badminton, Tennis, Tischtennis), Volleyball und Schwimmen.

##### **Wahlsportarten:**

Hockey, Judo, Orientierungslauf, Rhythmische Sportgymnastik, Rodeln, Rudern, Rückschlagspiele (die nicht im verbindlichen Bereich durchgeführt wurden), Skilauf (alpin und - nordisch - Langlauf).

Weitere Sportarten, die in das oben genannte Schulsportangebote nicht aufgenommen wurden, können vorgesehen werden, wenn sie folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Vorhandensein eines qualifizierten Sportlehrers,
- grundsätzlich in vorhandenen Sportanlagen betrieben werden können und damit die Ergebnisse auch auf andere Schulen übertragbar werden,
- auf Grund ihrer spezifischen Merkmale pädagogisch wünschenswert sind und stellvertretend andere Sportbereiche zu erschließen helfen,
- strukturell eine hinreichend hohe Bewegungsintensität und Bewegungsqualität beinhalten,
- nicht auf Grund interner oder externer Vorgaben zu gefährlich sind.

Unter Beachtung vorgenannter Festlegungen scheiden daher Sportarten wie z.B. Bahnengolf, Billard, Bobfahren, Bowling, Boxen, Golf, Kegeln, Luftsport (einschl. Drachenfliegen), Motorsport, Radrennsport, Reiten, Schach, Schießen grundsätzlich als Schulsportarten aus.

Im Folgenden sind die Grundanforderungen der verbindlichen Sportarten und der Wahlsportarten dargestellt. Bis die Grundanforderungen detailliert für die einzelnen Schuljahre erarbeitet worden sind - wie sie für die Sportarten Hockey und Badminton in der HIBS-Sonderreihe (Hefte 25 und 26) vorliegen - kann auf die „Sportartspezifischen Ausführungen der Rahmenrichtlinien, Bd. 1-4, HKM 1977“ zurückgegriffen werden. Dort finden sich auch Zusatzinformationen über mögliche Erweiterungen.

## **4.1. Die Grundanforderungen für die verbindlichen Sportarten**

### **4.1.1. Sportspiele**

#### **Basketball**

- Technik: *Fangen*  
Zugespielte Bälle in Knie-, Reich- und Sprunghöhe annehmen  
*Passen*  
Beidhändiger direkter Druckpass im Stand und in der Bewegung  
*Dribbeln*  
Hohes und tiefes Dribbeln links und rechts im Stand und in der Bewegung  
*Korbwurf*  
einhändiger, indirekter Druckwurf, Positionswurf aus der Nahdistanz,  
Korbleger  
*Stop*  
Einführung als Schritt- oder Sprungstop, Anwenden und Festigen der Techniken in ausgewählten Spielsituationen
- Taktik/Spiel: Spiel 3:2 auf einen Korb (Ausnutzen der Überzahl) Spiel 3:3 auf einen Korb (Lösen und Anbieten) Spiel 5:5 Angriffs- und Abwehrverhalten in Spielsituationen
- Kenntnisse: *Regeln*  
Schritt-, Dribbel-, Foulregel, Schiedsrichtertätigkeit  
*Fachsprache*  
für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

#### **Fußball**

- Technik: *Ballführen* mit linkem und rechtem Fuß  
- zur Überwindung des Raumes,  
- zum Überspielen des Gegners.  
*Annehmen* mit linkem und rechtem Fuß.  
- zum anschließenden Ballführen,  
- zum Zuspielen,  
- zum Torschießen.  
*Zuspielen* mit linkem und rechtem Fuß,

- mit Innenseite und Spann,
- als Hilfe für den Mitspieler,  
*Schießen* mit linkem und rechtem Fuß,
- mit Innenseite und Spann,
- auf unterschiedliche Ziele.

Anwenden und Festigen der Techniken in Staffel- und Torschusspielen

Taktik/Spiel: Angriffsverhalten in Spielen praktizieren/Torschusssituationen schaffen, z. B. bei 3:1 bei 3:3 (Freilaufen, Anbieten, Umspielen) Abwehrverhalten in Spielen praktizieren/Torschusssituationen verhindern z. B. bei 3:1 (als Raumdeckung) bei 3:3 (als Manndeckung) (Stören, Ball erobern, Körper fair einsetzen) Spiel 11:11

- sich in eine Mannschaft eingliedern,
- eine Aufgabe in Angriff oder Abwehr übernehmen.

Kenntnisse: *Regeln*

Freistoß, Strafstoß, Eckstoß, Abseitsregel, Foulregel, Schiedsrichtertätigkeit  
*Fachsprache*

für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

## **Handball**

Technik: *Fangen*

- zugespielte Bälle in Knie-, Reich- und Sprunghöhe annehmen (im Stand und in der Bewegung)

- Aufnehmen rollender Bälle

*Passen*

- Schlagwurfpassse über mittlere Entfernungen

- Bodenpass (indirektes Zuspiel)

*Dribbeln*

- im schnellen Lauf (Handwechsel, Ball abschirmen) Torwurf

- Schlagwurf mit Stemmschritt

- Sprungwurf

Anwenden und Festigen der Techniken in Spielsituationen

Taktik/Spiel: *Abwehr*

Stellung zu Gegenspieler und Ball, 6:0 Deckung

*Angriff*

Anbieten, freien Mitspieler suchen und anspielen, 3:3 Angriff

Einfache Körpertäuschungen Spiel: 3:3, 6:6

Einfache Verhaltensweisen in Angriff und Abwehr in Spielsituationen erfahren

Kenntnisse: *Regeln*

3-Schrittregel, Freiwurf, Strafwurf (7-m), Schiedsrichtertätigkeit

*Fachsprache*

für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

## **Volleyball**

Technik: *Pritschen*  
- Frontales Pritschen  
- Richtungspritschen  
- Pritschen aus der Bewegung  
*Baggern*  
- Annahmehaggen  
- Zuspielhaggen  
- Baggern aus der Bewegung  
*Aufschlag*  
Aufschlag von unten  
*Bewegungen*  
- auf dem Feld (vorwärts, rückwärts, seitwärts)  
- zum Ball (vorwärts, rückwärts, seitwärts)  
Anwenden und Festigen der Techniken in Spielsituationen

Taktik/Spiel: Angriffs- und Abwehrverhalten in Spielsituationen erproben  
(Übungsformen zum Spielaufbau)  
Spiel 4:4 nach Mini-Volleyballregeln (Positionsverhalten im Spiel)

Kenntnisse: *Regeln*  
- Fehler bei Ballannahme und Zuspiel erkennen,  
- Punktgewinn,  
- Aufgabenwechsel,  
- Positionswechsel,  
- Schiedsrichtertätigkeit  
*Fachsprache*  
für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und  
Verhaltensweisen

#### 4.1.2. Individualsportarten

Gerätturnen  
Sichern und  
Helfen: Notwendige Sicherheits- und Hilfestellung für die folgenden  
Bewegungsformen

Boden: *Rollen*  
- Sprungrolle (Flugrolle)  
- Handstandabrollen  
- Rolle rückwärts durch den flüchtigen Handstand mit Helfer  
*Überschläge*  
- Handstütz-Überschlag seitwärts (Rad)  
- Handstütz-Überschlag vorwärts (Handstandüberschlag) mit Gerät-  
/Partnerhilfe Gymnastische Elemente Anwendung der Grundelemente in  
Übungsverbindungen

Sprunggeräte: *Hocken*  
- Drehhocke (Hockwende) über einen hüfthohen Kasten (quer)  
- Hocke  
*Grätschen*  
- Sprunggrätsche (Grätsche) über den Bock,

- Sprunggrätsche (Grätsche) über einen vierteiligen Kasten (längs) mit Absprunghilfe (Absprunghilfe: zweiteilige Kastenbahn, Reutherbrett, Doppelbrett)

#### *Überschläge*

- Handstütz-Überschlag vorwärts (Handstandüberschlag) zur Rückenlage auf einen hohen Mattenberg

Barren: Schwingen im Stütz  
Kehre mit  $\frac{1}{4}$  Drehung  
Rolle vorwärts  
Oberarmkippe zum Grätschsitz Stemmaufschwung vorwärts und rückwärts aus dem Unterarmstütz in der Kastengasse

Übungsverbindungen

#### Reck/

Stufenbarren: Felg-Unterschwung  
Felg-Aufschwung  
Mühl-Felgumschwung/Hüft-Felgumschwung  
Langhang-Pendelschwünge am sprunghohen Reck

Übungsverbindungen

#### Schwebebalken:

Drehhocke (Hockwende) als Aufgang an Kasten oder Balken  
Sprünge: Wechselsprung, Pferdchensprung  $\frac{1}{2}$  Drehung mit angelegtem Spielbein Grätschwinkelsprung von Kasten oder Balken als Abgang

Übungsverbindungen

Kenntnisse: - über Helfen und Sichern  
- über Bewertungsmaßstäbe  
- der Fachsprache für die ausgeführten Bewegungsformen.

Anmerkung: Die erlernten Fertigkeiten sollen in selbstgewählten Übungsverbindungen oder in den Pflichtübungen der schulsportlichen Wettkampfprogramme (Bundesjugendspiele, Jugend trainiert für Olympia) erprobt werden.

### **Leichtathletik**

Lauf: Start  
Hochstart  
Tiefstart  
Sprint  
Stabübergabe bei „fliegender Wechsel" und Pendelwechsel  
Rhythmisches Laufen  
über Hindernisse und Hürden  
Ausdauer  
Dauerläufe von mindestens 30 Minuten  
Zeitläufe bis zu 2000 m

- Sprung: Weitsprung  
Finden der Absprungmarke  
Schrittweitsprung  
Hochsprung  
Schersprung und eine weitere Hochsprungstechnik (Flop, Wälzer)
- Wurf/Stoß: Gerader Wurf aus dem Anlauf unter Berücksichtigung der rhythmischen Elemente  
Stoßen aus dem Stand und aus dem Angleiten
- Mehrkampf: Orientierung an den Anforderungen der Bundesjugendspiele, des Schüler- bzw. Jugendsportabzeichens.
- Kenntnisse: Helfer- und Kampfrichtertätigkeit  
Fachsprache für die ausgeführten Bewegungsformen

### **Rhythmische Sportgymnastik**

- Fußarbeit Strecken und Abrollen  
Haltungsschulung  
Gymnastische Grundformen
- Laufen
  - Hüpfen (Hopser und Galoppformen)
  - Springen

#### Grundtechniken mit den Handgeräten:

- Seil: Durchschläge vorwärts und rückwärts
- am Ort (Schlusssprünge)
  - in der Fortbewegung ( Laufen im 2er-, 3er-, 1er- Rhythmus)
  - in der Kombination von a) und b)
- Ball: Prellen (in unterschiedlichen Höhen und Tempi)  
Rollen  
Werfen und Fangen
- Reifen: Rotieren (am Boden, mit Umlaufen; um die Hand, in verschiedenen Ebenen),  
Rollen (mit Umlaufen, Durchkriechen, Überspringen)
- Band: Schlangen  
Spiralen  
Kreise (auch Achterkreise) in unterschiedlichen Ebenen und Richtungen
- Spielerische Bewegungsaufgaben mit Partner(in):
- mit einem oder je einem Handgerät unter besonderer Berücksichtigung kreativer
  - Eigenleistung der Schülerinnen und Schüler
- Kenntnisse: Fachsprache für die ausgeführten Bewegungsformen

### **Rückschlagspiele:**

## **Badminton**

Technik: Überkopfschlag, Unterhandschlag mit Vorhand und Rückhand, Aufschlag

Taktik/Spiel: Verteidigung:  
- Laufen in die eigene Spielfeldmitte,  
- den Raum decken.  
Angriff:  
in den vom Gegner ungedeckten Raum spielen

Kenntnisse: Schiedsrichtertätigkeit  
Fachsprache für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

## **Tennis**

Technik: Vorhand  
Rückhand  
Aufschlag von unten

Taktik/Spiel: Sicheres Grundlinienspiel, Stellungsspiel (nach jedem Ball zurück Mitte Grundlinie)

Kenntnisse: Schiedsrichtertätigkeit  
Fachsprache  
für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

## **Tischtennis**

Technik: Vorhand-Zugball  
Rückhand-Schupfball  
Rückhand Aufschlag

Taktik/Spiel: Bewusstes Platzieren des Balles beim VH- Zugball und Schupfball  
Änderung der Ballgeschwindigkeit durch Technikwechsel

Kenntnisse: Schiedsrichtertätigkeit  
Fachsprache  
für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

## **Schwimmen**

Situation A:

Der Anfängerschwimmunterricht erfolgte in der Grundschule, und während der Jahrgangsstufen 5-9/10 kann im Rahmen des obligatorischen Unterrichts kein Schwimmunterricht angeboten werden. Dann gibt es dennoch Möglichkeiten, die Sportart Schwimmen einzubeziehen,

- während Wandertagen
- bei Schullandheimaufenthalten

- innerhalb von Unterrichtsprojekten.

Am Ende der Klasse 9/10 sollten die Schülerinnen und Schüler folgendes können:

- Wenigstens 2 Schwimmarten (davon eine in Bauch-, die andere in Rückenlage)
- Ausatmen in das Wasser
- Tauchen tief und weit
- Sprung vom 1-m-Brett
- Sich auf unterschiedliche Situationen im Wasser einstellen (Wassersicherheit)
- Baderegeln kennen
- Ausdauerleistung: 200-m-Schwimmen in höchstens 8 Minuten
- Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Bronze

Situation B:

Der Anfängerschwimmunterricht erfolgte in der Grundschule und während der Jahrgangsstufen 5/6. Wird im Rahmen des obligatorischen Unterrichts die Sportart danach in weiteren Jahrgangsstufen angeboten, dann sollten die Schülerinnen und Schüler am Ende der Klasse 9/10 folgendes können:

- Die 4 Schwimmarten Brust-, Kraul-, Rückenkrault- und Schmetterlingsschwimmen in der Grobform
- Brustschwimmen 600 m ohne Unterbrechung
- Kraulschwimmen 50 m ohne Unterbrechung
- Tauchen tief und weit
- Kenntnis von Baderegeln, Selbstrettung und Fremdrettung
- Ausdauerleistung: 400-m-Schwimmen in höchstens 16 Minuten.
- Deutsches Jugendschwimmabzeichen Silber

Anmerkung:

Im Rahmen des Wahlunterrichts oder während einer Projektwoche soll den Schülern der Abschlussklassen die Möglichkeit gegeben werden, die Bedingungen für das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen der DLRG/des DRK in Bronze zu erfüllen.

## **Tanz**

Grundelemente:

- Einführung gymnastisch-tänzerischer Grundelemente
- Bewegungsformen am Ort
- Bewegungsformen in der Fortbewegung
- Bewegungsformen mit Geräten, Objekten

Musik und Bewegung:

- Musikalische Grundstrukturen erkennen
- Rhythmen nachvollziehen
- Rhythmen erzeugen

Kreativität: Darstellende Bewegung und darstellender Tanz

- Tiere, Pflanzen, Gegenstände (einfache komplexe) und Figuren darstellen
- Gefühle, Stimmungen, Eigenschaften, Begriffe durch und im Tanz

ausdrücken

- Geschichten, Alltagserlebnisse mit/ohne Musik darstellen

Tanzrichtungen und -techniken:

Feste Tanzformen

- einfache Folklore
- Modetänze
- einfache Beat- und Popformen
- Tanzspielformen

Kenntnisse: Gymnastisch-tänzerische Grundbegriffe  
 Charakteristische Unterschiede zwischen verschiedene Tänzen, Tanzstilen  
 und Tanzrichtungen

## 4.2. Grundanforderungen für die Wahlsportarten

### 4.2.1. Sportspiel

#### Hockey

Technik: *Ballführen*

- Vorhand
- Vorhand-Rückhand

*Passen*

- frontal und seitlich mit Vorhand und Rückhand

*Stoppen*

- frontal und seitlich mit Vorhand und Rückhand

Anwenden und Festigen der Techniken im Staffel- und Torschussspielen

Taktik/Spiel: Erfahren von Angriffs- und Abwehrverhalten in Spielsituationen (Freilaufen, Abwehren)

- Anwenden der Techniken im Treibballspiel auf große Tore in Kleingruppen (2:2, 3:3, 4:4),
- mit einem Spieler in der gegnerischen Spielhälfte
- Anwenden der technischen Elemente im Spiel 5:5 auf Kastentore ohne Torwart.

Kenntnisse: Regeln

- Spielen des Balles
- Stock und Fußfehler
- Sperren
- Schiedsrichtertätigkeit

Fachsprache für die in Technik und Taktik ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen

### 4.2.2. Individualsportarten

#### Judo

Grundfertigkeiten:

- Judospezifisches Bewegen mit dem Partner auf der Matte
- Stehen
- Gehen
- Fassen
- Gleichgewichtsbrechen

- Wurfvorbereitung

Falltechnik: - Fallen rückwärts  
- Fallen seitwärts  
- Fallrolle vorwärts

Wurftechnik: 4 verschiedene Würfe im Stand und aus der Bewegung mit einem kooperationswilligen Partner demonstrieren (z.B. O-GOSHI, SEOINAGE, TAI-O-TOSHI, O-SOTO-GARI)

Bodentechnik: Demonstration von je einer Technik aus den Haltegriffgruppen  
- KESA-GATAME  
- KAMI-SHIHO-GATAME  
- YOKO-SHIHO-GATAME  
- TATE-SHIHO-GATAME

Bewegungsaufgabe:

Stand: Werfen nach Vereinbarung (YAKUSOKU-GEIKO)

Boden: verschiedene Wechsel von einem Haltegriff in einen anderen unter Ausnutzung der Befreiungsversuche von UKE

Kondition: Judospezifische Konditionsschulung unter Einbeziehung von Bodenrandort

Kenntnisse: Verhalten im DOJO und beim Üben

Judokleidung

Hygiene

Unfallverhütung

Prinzip vorn „gegenseitigen Helfen und Verstehen“ kennen und anwenden

Fachsprache für die ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen.

## **Orientierungslauf**

1. Laufausdauer: Mindestens 15-30 Minuten (je nach Altersstufe) laufen

2. Orientierungsläufe:

- Geführte Orientierungsläufe

- Orientierungsläufe längs deutlicher Leitlinien in Gruppenläufen

3. Orientierungs- und Laufkomponente:

Vorgegebene „leichte“ OL-Strecke in überschaubarem Gelände in einem bestimmten Zeitlimit durchlaufen und dabei

- eine OL-Karte „lesen“ (Richtung halten; Wege, Brücken, Büsche, Bäume identifizieren)

- einen Karten-Punkt zu einem Gelände-Punkt identifizieren

Anmerkung: *Leichte OL-Bahn*: Die Strecken sind so beschaffen, dass ein Kompass und die Kenntnis der Höhenlinien noch nicht notwendig sind. Die Posten sollen deutlichen Leitlinien folgen. Als Standorte eignen sich Waldecken, Wiesenränder, Wege, Weggabelungen, Bäche, Schneisen.

## **Rodeln**

## Rodeln auf dem Volksrodel (Davoser Schlitten)

- Technik: Sitzpositionen
- aufrecht
  - liegend
- Bremsen und Stoppen, Anfahrt und Starthilfe.  
Richtungsänderungen
- Lenken durch das Bremsen mit dem Fuß auf einer Seite
  - Lenken durch das Bremsen mit der Hand auf einer Seite
  - Lenken durch Gewichtsverlagerung, wenn der Körper in die Kurve gedreht wird.
  - Lenken durch das Herumreißen des Schlittens mit Körperschwung
- Sturzverhalten  
Doppelsitzerfahren

## Rodeln auf dem Jugendrennrodel

- Technik: Sitzposition (Rückenlage)
- Bein-, Oberkörper-, Kopf- und Händehaltung
- Fahrt auf der Geraden:
- Körper- und Beinhaltung
  - Bremsen
  - Start aus der Sitzposition mit und ohne „Paddeln“
- Richtungsänderungen
- durch Kopfdrehung in die Kurve,
  - durch Kopfdrehung in die Kurve und Unterschenkeldruck an die Außenkufe mit Entlastung der Innenkufe
  - durch das Bremsen mit der Hand auf einer Seite (nur auf Naturbahn)
- Sturzverhalten

- Kenntnisse: - Ausrüstung und Bekleidung
- Gleiteigenschaften auf verschiedenem Schnee
- Fachsprache für die ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen.

## Rudern

- Technik: Skullen im Mannschaftsboot (Gig, ggf. Rennboot) und im Kunststoffeiner
- Wasserarbeit und Körperarbeit
  - mannschaftliches Rudern

### Riemenrudern im Mannschaftsboot

- Wasserarbeit und Körperarbeit
- mannschaftliches Rudern

### Verschiedene Manöver im Mannschaftsboot und Einer ausführen

- Fahrtrichtung ändern
- Stoppen
- Wenden
- Rückwärtsrudern
- Passieren von Hindernissen

Ein Mannschaftsboot steuern und eine Mannschaft als Steuermann leiten

- An- und Ablegen
- Kursänderungen
- einfache Ruderbefehle
- die o. g. Manöver ausführen lassen
- die Umgebung beobachten
- Gefahren abwenden

#### Besondere

- Aufgaben: Durchfahren eines Geschicklichkeitsparcours im Einer  
eine längere Strecke nach Zeit fahren
- verschiedene Bewegungsaufgaben lösen und Fragen (im Rahmen einer Rallye) beantworten
  - in Gruppenarbeit gestellte Aufgaben ohne unmittelbares Eingreifen des Lehrers erfüllen und selbstständig üben (oft räumliche Trennung!)

- Kenntnisse:
- Bootshaus und Ruderrevier kennenlernen
  - örtliche Fahrt- und Schiffsregeln befolgen
  - Umgang mit Booten und dem notwendigen Material, Materialpflege
  - Boote zu und vom Wasser bringen, Boote ruderfertig machen
  - selbständig ein- und aussteigen, den Ruderplatz einrichten
  - Verhalten in Gefahrensituationen
  - Verhalten beim Kentern
  - sportartgerechte Kleidung

#### **Skilauf** (alpin und nordisch - Langlauf -)

Techniken im elementaren Bereich:

	mit Alpinski	mit LL-Ski
Gehen und Laufen	--	X
Bogentreten	X	X
Im Schlittschuhschritt laufen	X	X
Richtig Aufsteigen	X	X
Im Laufgrundschrift wandern	--	X
Schussfahren	X	X
Schrägfahren	X	--
Seitrutschen	X	--
Pflug-fahren	X	X
Springen	X	X
Lift-fahren	X	--

Spezielle Techniken:

- alpin
- Umsteigen mit Bergstemme
  - Parallelumsteigen
  - Hochschwingen

nordisch  
(Langlauf) Diagonalschritt, Doppelstockschrub (mit und ohne Zwischenschritt)  
Schlittschuhschritt

Kenntnisse: Sicherheitsregeln  
Alpine Gefahren  
Umweltbewusstsein entwickeln (Skilauf und Natur)  
Notwendiges partnerschaftliches Verhalten  
Gerätekunde, Gerätepflege und Wachsen  
Fachsprache für die ausgeführten Bewegungs- und Verhaltensweisen.

## **5. Unterrichtsplanung und Unterrichtsgestaltung**

### **5.1. Organisatorischer Rahmen und schuleigene Planung**

Durch die Aufgabenbeschreibungen sind Rahmenbedingungen für die Planung und die Gestaltung des Unterrichts festgelegt. Die allgemeinen Lernziele und die didaktischen Grundsätze beschreiben Kriterien, an denen der Lehrer seine methodischen und inhaltlichen Entscheidungen überprüfen muss.

In den Jahrgangsstufen 5-9/10 findet der Pflichtunterricht im Klassenverband oder in Kursen statt. Das Erteilen von Unterricht in Kursen bedeutet hier noch keine Spezialisierung, sondern kann unter klassen-/ schulformübergreifenden oder niveaudifferenzierenden Gesichtspunkten betrachtet werden. Das Kursangebot sollte die Neigung der Schüler sowie eine Ausweitung und Intensivierung der Inhalte berücksichtigen.

Die Sportarten Leichtathletik und Gerätturnen sind in den Klassen 5-8 mit mindestens je 18 Wochenstunden pro Schuljahr verbindlich zu unterrichten.

In allen Jahrgangsstufen ist der Sportunterricht obligatorisch und kann koedukativ erfolgen, wenn es pädagogisch, sportfachlich und schulorganisatorisch vertretbar ist.

Aufgabe der Fachkonferenz Sport an der einzelnen Schule ist es daher, auf der Grundlage des Lehrplans unter Beachtung der rechtlichen Bestimmungen einen schuleigenen Plan (im Sinne einer längerfristigen Unterrichtsrahmenplanung) zu erstellen.

Dabei sind die verbindlichen Grundanforderungen für die einzelnen Jahrgangsstufen zuzuordnen.

Die schuleigenen Pläne müssen die sächlichen, personellen und organisatorischen Voraussetzungen der Schule, die regionalen Gegebenheiten und den Ausbildungsstand der Schülerinnen und Schüler berücksichtigen. Sie sind notwendige Grundlage für die Sicherung und Kontinuität des Sportunterrichts. Sie müssen jedoch auch Freiräume für spontane Aktivitäten lassen. Eine Abstimmung der Arbeit in den einzelnen Schuljahren ist unerlässlich.

Der schuleigene Plan soll eine zeitlich ausgewogene Verteilung auf die angegebenen Sportarten ausweisen, um die Orientierung als Vorbereitung einer möglichen Kurswahl in den Klassen 9 und 10 entsprechend der Neigung der Schüler zu gewährleisten. Im schuleigenen Plan weist jede Schule ihr sportpädagogisches Profil aus.

### Vorschlag für einen möglichen Organisationsplan für die Klassen 5-8:

Klasse	Leichtathletik	Gerätturnen	Schwimmen	Gymn./Tanz	Handball	Fußball	Volleyball	Basketball	Rückschlagspiel	freier Bereich	Gesamtstunden
5	18	18	24		15	15				18	108
6	18	18	6		12	12		12	12	18	108
7	18	18		12	12	6	12		12	18	108
8	18	18		12	6	6	12	18		18	108

Pädagogische und schulorganisatorische Gesichtspunkte können bei der Erstellung der schuleigenen Planung eine Umschichtung der Stundenzahl innerhalb der angegebenen verbindlichen Sportarten - mit Ausnahme der Sportarten Leichtathletik und Gerätturnen - erforderlich machen. Im „freien Bereich“ können Inhalte vertieft und andere Schulsportarten angeboten werden. Aus regionalen Gegebenheiten kann auch eine Schwerpunktsetzung in einer Wahlsportart vorgenommen werden.

Für die Klassen 9 und 10 bieten sich im obligatorischen Bereich folgende Möglichkeiten an:

#### Erteilung von Sportunterricht im Klassenverband

Unter Berücksichtigung des Prinzips der Neigung und der zunehmenden Spezialisierung entscheiden sich die Schüler für die Akzentuierung von drei Sportarten, die sie in den Klassen 5-8 kennen gelernt haben oder greifen zwei bereits bekannte Sportarten auf und nehmen eine weitere Schulsportart aus dem Bereich der Wahlsportarten hinzu. In jedem Fall muß ein Individualsport gewählt werden.

#### Erteilung von Sportunterricht in Kursdifferenzierung

Wenn die personellen, sachlichen und organisatorischen Voraussetzungen an der jeweiligen Schule gegeben sind, sollten den Schülern Wahlmöglichkeiten auch im obligatorischen Bereich gegeben werden. Die Berücksichtigung ihrer Interessen, ihrer Möglichkeiten im Freizeitbereich und eine intensivere Auseinandersetzung mit wenigen Sportarten lassen erwarten, dass die Schüler ihr Können auch im außer- und nachschulischen Bereich anwenden und so zu lebenslangem Sporttreiben motiviert werden. Die Kurswahl sollte für mindestens ein halbes Jahr gelten, um kontinuierliche Lernprozesse zu erfahren.

### Vorschlag für einem möglichen Organisationsplan für die Klassen 9-10:

Klasse	Leichtathletik	Gerätturnen	Schwimmen	Gymn./Tanz	Handball	Fußball	Volleyball	Basketball	Rückschlagspiel	freier Bereich	Gesamtstunden
9	24						24		(Tennis) 24		72
10					24				(Badmint.) 24	OL 24	72

Generell bleibt es dem Lehrer überlassen, innerhalb einer Doppelstunde eine oder mehrere Sportarten zu berücksichtigen.

## 5.2. Differenzierende Maßnahmen bei der Unterrichtsplanung des Lehrers

Um jedem Schüler positive Lernerfahrungen und erfolgreiche Mitarbeit zu ermöglichen, sind differenzierende Maßnahmen notwendig, die die unterschiedlichen Voraussetzungen berücksichtigen. Differenzierende Maßnahmen können ansetzen bei den

- Aufgabenstellungen (der Ziel-/Inhaltsebene)
- Sozialformen (der Interaktionsebene)
- Methoden (der Lehr-/Lernebene).

### Aufgabenstellungen

Die Differenzierungsmaßnahmen beziehen sich hier auf unterschiedliche Auseinandersetzungsmöglichkeiten mit dem gleichen Inhalt.

Das Thema „Hindernislaufen“ kann für einige Schüler einer Klasse im Sinne sportartübergreifender Aufgabenstellung „Überwinden von Hindernissen“, für andere schon im Sinne „Hinführung zum Hürdenlauf“ angeboten werden. Beim Aufbau der Hürdenbahnen können die Abstände zwischen den Hindernissen, die Höhe der Hindernisse, die Anzahl der Wiederholungen die unterschiedlichen Voraussetzungen berücksichtigen. Aber auch weitgehend freigestellte Formen der Ausführung bieten sich an: Eine Hindernisbahn selbst (in der Gruppe) planen, einen selbstgewählten Laufrhythmus finden, in der Gruppe laufen (gemeinsames Lauftempo finden).

### Sozialformen

Schüler unterscheiden sich u.a. in ihren sozialen Fähigkeiten, ihrer Kontaktfähigkeit und ihrer Bereitschaft zu gemeinsamem Handeln. Deshalb sollten im Unterricht Situationen geschaffen werden, in denen die unterschiedlichen Bedingungen der Ordnungs- und Organisationsformen erfahren werden können, in denen verschiedenartige Kontakte das Kennenlernen und Verstehen eigener Bedürfnisse und Lernprobleme sowie die der Mitschüler ermöglichen. Beim Thema „Hindernislaufen“ hat der Einzelschüler sich im Raum und an den gleichzeitig laufenden Mitschülern zu orientieren, beim Üben mit dem Partner ist eine Einstellung auf Raum, Mitschüler und Partner notwendig und beim Laufen in der Gruppe ist die Beachtung der Stärken und Schwächen der Gruppenmitglieder wichtig.

### Methoden

Kinder verarbeiten Informationen des Lehrers auf unterschiedliche Weise und zeigen unterschiedliche Lernbereitschaft. Bei der Planung sind diese Unterschiede zu berücksichtigen. Dies kann geschehen

- durch offene Aufgabenstellungen
- durch Möglichkeiten zur selbständigen Entscheidung
- durch Bereitstellung unterschiedlicher Lernmaterialien (Arbeitskarten, Filme, Bilder...)
- durch gezielte Lernhilfen durch Lehrer und Schüler (Helfen und Sichern bei sportlichen Aktivitäten)
- durch Anregungen, wie man schulsportliche Aktivitäten außerhalb des Unterrichts betreiben kann: bei Wanderungen und Klassenfahrten sich bietende Gelegenheiten in der

Natur nutzen; Angebote von Vereinen, Sportämtern oder Sportverbänden (z. B. Trimmspiele, „Aktion Laufabzeichen“, „Sportabzeichen“, Spielfest, Aktiv-Ferienwochen, Orientierungslauf) wahrnehmen und Eigeninitiative entwickeln.

### **5.3. Fächerübergreifendes Arbeiten**

Die Zusammenarbeit mit anderen Schulfächern ist sowohl zur Realisierung einiger fachspezifischer als auch fächerübergreifender Aufgaben erforderlich. Die im Sportunterricht angestrebten Ziele lassen sich nicht durch vielfältiges Sporttreiben allein vermitteln, sondern fordern im Sinne einer ganzheitlichen und differenzierten Sichtweise die Mitarbeit aller Fächer heraus. Fächerübergreifende Projekte sollen den Sportunterricht nicht ersetzen, sondern ergänzen. Folgende erprobte Themen sind als Anregung gedacht und können dem Schüler den Zusammenhang unterschiedlicher Fachbereiche deutlich machen:

- Sprache des Sports, Sportberichterstattung, Sensationsberichte,
- Miteinander leben, Sport und Fanatismus,
- Sport und Gesundheit, Training der Atmung durch Sport, Leistungsverbesserung durch Konditionstraining, Trimm-Bewegung, ein Sportunfall,
- Sportbilder, Zergliedern von Bewegungsabläufen (Daumenkino), Plakatgestaltung für Schulsportveranstaltungen,
- mathematische Sachaufgaben aus dem Bereich des Sports (Messen, Stoppen),
- Musik und Bewegung, Tanzspiele, Tänze fremder Völker,
- Darstellendes Spiel, Bewegungstheater (Zirkus, Maschinen).

### **5.4. Leistungsbeurteilung im Sportunterricht**

Im Sportunterricht steht wie bei allen schulischen Anforderungen Leistung im Vordergrund und in Relation

- zu den Aufgaben des Faches Sport,
- zu den unterschiedlichen Lernvoraussetzungen der Schülerinnen und Schüler,
- zu den konkreten Lernbedingungen, unter denen der Sportunterricht an der jeweiligen Schule, in der jeweiligen Lerngruppe stattfindet,
- zur Lerngruppe. durch die die Lernleistung des einzelnen Schülers in bezug auf die Leistungen seiner Mitschüler relativiert wird.

Unter diesen Bedingungen ist eine absolute Ausrichtung der Leistungsbeurteilung an messbaren Ergebnissen nicht statthaft. Die Schülerleistung ermittelt sich anhand vielfältiger Beobachtungen:

- mess- und wertbare Daten
- Lernfortschritte
- Leistungsbereitschaft
- Sozialverhalten.

Diese können jedoch nicht in gleicher Weise quantitativ ermittelt werden. Das Erfassen dieser Beobachtungen muss in einer Form geschehen, die Objektivität und Transparenz anstrebt und dem Schüler die Möglichkeit gibt, das im Sportunterricht Geforderte zu verstehen und seinen eigenen Leistungsstand daran einzuschätzen. Die Leistungsbeurteilung soll jedem Schüler einsehbare Informationen über den Stand seines gegenwärtigen Könnens, seiner individuellen Lernfortschritte und über die Notwendigkeit

weiterer Lernanstrengungen geben. Die Beurteilung darf nicht allein von punktuellen Abschlussprüfungen oder den Ergebnissen sportlicher Wettkämpfe abhängig sein. Gesundheitliche Beeinträchtigungen (z.B. Allergien) sind bei der Sportausübung und bei der Notengebung zu berücksichtigen.

## **6. Wahlpflichtunterricht**

Im Wahlpflichtbereich besteht die Möglichkeit, Wahldifferenzierungen durchzuführen, um den individuellen Begabungen, Fähigkeiten, Neigungen und Interessen der Schüler gerecht zu werden. Inhalte des WPU im Sport ergänzen und vertiefen den obligatorischen Unterricht. Sie stellen nicht nur eine quantitative Erweiterung dar, sondern lassen durch die Ausweitung auch sportartübergreifende bis hin zu fachübergreifenden Aspekten des Faches Sport deutlich werden. Solche zusätzlichen Angebote dienen im weiteren der Anregung zur Freizeitgestaltung und Schwerpunktbildung auch im Hinblick auf die Kurswahl in der gymnasialen Oberstufe.

Beispiele sportartübergreifender Themen:

- Ausdauerschulung in verschiedenen Sportarten
- Sporttreiben unter freizeitleichem Aspekt
- Sportanlage als Spiel- und Trimmplatz

Beispiele fachübergreifender Themen:

- Sport und Gesundheit
- Sport und Musik
- Sprache des Sports.

## **7. Sportförderunterricht**

Der Förderunterricht im Schulsport wird über den in den Studentafeln ausgewiesenen obligatorischen Sportunterricht hinaus zusätzlich durchgeführt. Er bietet die Möglichkeit zur besonderen individuellen Förderung der Schüler. Dies gilt sowohl

- a) für Schüler, deren motorische Leistungsfähigkeit durch psycho-physische Schwächen eingeschränkt ist, als auch
- b) für Schüler, die sportlich besonders begabt sind.

Zu a)

In diesen Kursen sollen Schüler mit Haltungs-, Organleistungs- und Koordinationsschwächen, aber auch wenig motivierte, leistungsschwache und bewegungsgehemmte Schüler durch Lehrer mit spezifischen Kenntnissen betreut und gefördert werden. „Übergeordnetes Ziel dieses Unterrichts ist es, über die Erweiterung des Bewegungskönnens der Kinder auch zum Abbau von Randstellungen und somit zu einer ausgeglichenen geistig-seelischen und sozialen Entwicklung beizutragen.“ („Zweites Aktionsprogramm für den Schulsport“, Bonn 1985)

Zu b)

Der Sportförderunterricht bietet aber auch den Schülern besondere Möglichkeiten, sportliche Interessen zu verfolgen. Ziel der Arbeit in diesen Gruppen sollte sein, zusätzliche Lern- und Trainingsmöglichkeiten für sportlich interessierte und talentierte Schüler zu schaffen und Erfahrungen zu vermitteln, deren Erwerb im obligatorischen Unterricht in heterogenen Lerngruppen kaum möglich ist. (Sammeln von Wettkampferfahrungen, gezielte Leistungserprobung, Trainieren in Schulmannschaften...) Über die Teilnahme am Sportförderunterricht kann verstärkt die Aufnahme in schulübergreifenden Talentförderungsgruppen oder in Sportvereine angeregt werden (vgl. Talentsuche und Talentförderung in der Bundesrepublik Deutschland, KMK 1982).

## **8. Außerunterrichtlicher Schulsport**

Der außerunterrichtliche Schulsport, wie er im Wahlunterricht (Arbeitsgemeinschaften), bei Klassenfahrten, in Projektwochen, bei der Vorbereitung und Durchführung von schulsportlichen Wettkämpfen und im Zusammenhang von Schulfesten stattfindet, verbindet die Erfahrungen der Schüler aus dem Pflichtunterricht mit neuen Bedingungen in anderen Organisationsformen. Die Ständige Konferenz der Kultusminister der Länder, der Deutsche Sportbund und die kommunalen Spitzenverbände führen in ihrem „Zweiten Aktionsprogramm für den Schulsport“ aus, dass Merkmale wie Freiwilligkeit, Spontaneität sowie Vielfalt und Offenheit der Handlungssituationen hierfür besonders charakteristisch seien. Sport werde hier als Abwechslung und Ausgleich erfahren, stelle zugleich aber auch eine Fortführung und Ergänzung des Unterrichts dar und biete somit eine breite Palette von (benotungsfreien) Lern- und Erlebnismöglichkeiten.

Die Teilnahme am außerunterrichtlichen Schulsport sollte im Zeugnis gesondert vermerkt werden. Wesentliche Anregungen zur Weiterentwicklung dieses Teilbereichs des Schulsports werden im „Zweiten Aktionsprogramm für den Schulsport“ u.a. dargestellt:

- Auf Schulebene sind unter Mitwirkung aller am Schulleben Beteiligten altersgemäße Sportprogramme zu entwickeln, die Angebote für alle Schüler enthalten, vielfältig und abwechslungsreich sind und neben Wettkampf und Spiel auch anderen Formen geselliger Darbietung Raum geben.
- Schulsportliche Veranstaltungen, z.B. die Bundesjugendspiele, sollten Schulfeste sein, bei denen Wettkämpfe altersgemäß gestaltet und mit freien Spielformen, musischen und geselligen Angeboten verbunden werden.
- Jeder Schüler sollte im Laufe seiner Schulzeit mindestens einmal an einer Schulsportwoche oder einem Schullandheimaufenthalt teilnehmen.
- Wandertage müssen ihren Schwerpunkt wieder in direkter Naturbegegnung und aktiver Bewegung erhalten.

### **Anlage**

Auszug aus dem Erlass „Schulwanderungen, Wanderfahrten, Schullandheimaufenthalte, Studienfahrten und mehrtägige Veranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt, Unterrichtsgänge, Lehrausflüge, allgemeine oder berufsbezogene Veranstaltungen“ vom 1. Juli 1990 (Amtsblatt 1990, S. 854):

Mehrtägige Veranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt

In mehrtägigen Veranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt sollen Schülerinnen und Schüler über das Erlernen technischer Fertigkeiten hinaus in besonderer Weise auch

- den Erlebnis- und Gesundheitswert von sportlicher Betätigung in der Natur erfahren,
- soziales Verhalten in einer größeren Gemeinschaft erproben und sich darin bewähren und
- richtiges und rücksichtsvolles Verhalten in den natürlichen Sportstätten, an Skiliften und an Bergbahnen üben bzw. erlernen.

Schulskikurse, alpines Wandern oder Wassersportveranstaltungen (Paddeln, Rudern, Segeln, Segelsurfen) können ab Klasse 7 an die Stelle einer Wanderfahrt, eines Schullandheimaufenthaltes oder einer Studienfahrt treten. Unbeschadet der Vorschriften für Schulskikurse und alpines Wandern dürfen Wassersportveranstaltungen nur im Inland durchgeführt werden.

Wegen der besonderen Gefahren, die bei Veranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt entstehen können, wird auf die einschlägigen Regelungen in der „Verordnung über die Aufsicht über Schüler“ in der jeweils gültigen Fassung ausdrücklich hingewiesen.

Zur Leitung von Wassersportveranstaltungen oder alpinem Wandern muss die Lehrkraft über eine entsprechende Qualifikation (z.B. erfolgreiche Teilnahme an einem Lehrgang des Hessischen Institutes für Lehrerfortbildung oder Fachlizenz eines Verbandes für die zu unterrichtende Sportart bzw. für alpines Wandern) verfügen. Schulskikurse können wegen der Schneesicherheit und der möglicherweise geringeren Kosten auch im benachbarten Ausland und in Italien durchgeführt werden. Diese Regelung gilt auch für alpine Wanderungen.

Für Schulskikurse gelten darüber hinaus folgende Regelungen:

Für den Skiunterricht sollen die Schülerinnen und Schüler nach Vorkenntnissen und Leistungsfähigkeit in Niveaugruppen eingeteilt werden, für die jeweils ein qualifizierter Kursgruppenleiter oder eine qualifizierte Kursgruppenleiterin zur Verfügung stehen muss. Die Gruppenstärke soll sich nach örtlichen Festlegungen richten und 15 Schülerinnen und Schüler nicht übersteigen. Den Schülerinnen und Schülern sind, sofern dies noch nicht geschehen ist, die Grundlagen des Skilanglaufs zu vermitteln.

Neben Kursen im alpinen Skilauf können auch Skilanglaufkurse sowie kombinierte Kurse durchgeführt werden.

Ein Schulskikurs ist mit möglichst geringem finanziellen Aufwand durchzuführen. Dies ist bei der Auswahl des Kursortes, der Unterkunft und des Transportmittels zu berücksichtigen.