Vorbemerkungen:

Der vorliegende Lehrplan des Faches Sport am Geschwister-Scholl Gymnasium Velbert orientiert sich an einer optimalen Situation hinsichtlich der Personal-, Hallen- und Badsituation.

EF – Einführungsphase

Einführungsphase (EPh) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 1:

Thema:

Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (4:4) im Handball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

BF/SB: Spielen in/und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Handball)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (BWK)

- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden (BWK 1)
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden (BWK 2)

Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK 1)
- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.(SK 6)
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK 1)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren) (MK 5)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK 1)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK 5)

Zeitbedarf: 10 Stunden

Unterrichtsvorhaben 2:

Thema:

Spezielle Techniken und Spielfähigkeiten verbessern – Techniken und gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten erlernen und in unterschiedlichen Spielsituationen anwenden.

BF/SB: Spielen in/und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Hockey)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (BWK)

- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden (BWK 1)
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden (BWK 2)

Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**,** Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens, Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK 1).
- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK 6).
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK 1).
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren) (MK 5).
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK 1).
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK 5).

Zeitbedarf: 10 Stunden

Einführungsphase (EPh) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 3:

Thema:

Turnen an gängigen Wettkampfgeräten – Erarbeitung und Präsentation von Gruppengestaltungen unter situationsgerechter Anwendung des Helfens und Sicherns an verschiedenen Geräten.

BF/SB: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltlicher Kern: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (BWK)

- unterschiedliche turnerische Elemente ausführen und miteinander kombinieren (BWK 1).
- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren (BWK 2).
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden (BWK 3).

Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Bewegungsgestaltung (b)**,** Wagnis und Verantwortung (c)
Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens, Gestaltungskriterien, Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK 1).
- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK 2).
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK 2).
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK 1).
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK 1).
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK 2).

Zeitbedarf: 15 Stunden

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema:

Kraft sinnvoll und kontrolliert einsetzen – Zweikämpfe am Boden/Stand unter Berücksichtigung gemeinsam erarbeiteter Regeln durchführen.

BF/SB: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Inhaltlicher Kern: Zweikampfformen mit direktem/indirektem Körperkontakt

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (BWK)

- Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden (BWK 1).
- in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen und darauf adäquat reagieren (BWK 2).

Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**,** Wagnis und Verantwortung(c)
Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens, Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK 1).
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK 3).
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK 1).
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren (MK 3).
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK 1).
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK 3).

Zeitbedarf: 10 Stunden

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema:

Verbesserung der allgemeinen Schwimmfähigkeit – Wettkampfgerechtes Schwimmen unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen durchführen und Gestaltungsformen im Wasser gemeinschaftlich erproben.

BF/SB: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Sportschwimmen: Schwimmarten, ausdauerndes Schwimmen, Bewegungsgestaltungen im Wasser

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: (BWK)

- eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen (BWK 1).
- Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen (BWK 2).

Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Bewegungsgestaltung (b)

Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens, Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK 1).
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK 1).
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (MK 2).
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK 1).
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK 2).

Zeitbedarf: 15 Stunden

Gk – Qualifikationsphase

Die Unterrichtsvorhaben und die inhaltlichen Schwerpunkte der Inhaltsfelder werden in Abhängigkeit von der Hallensituation und unter Berücksichtigung der Kurszusammensetzung entwickelt und individuell auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche angewandt. Hierbei gilt, dass alle aufgeführten Kompetenzen des jeweiligen Prinzips unterrichtlich zu erschließen sind.

<table>
<tr><td colspan="2"><h2>Profil1: Fußball, (Beach-)Volleyball, Fitness</h2></td></tr>
<tr><td colspan="2">Bewegungsfelder/Sportbereiche (BF/SB):
7 - Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball/Volleyball)
1 - Den Körper Wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</td></tr>
<tr><td colspan="2">Leitende Inhaltsfelder:
Kooperation und Konkurrenz (e)
Gesundheit (f)</td></tr>
<tr><td>Inhaltlicher Kern BF/BS 7:
Mannschaftsspiele (Fußball, Volleyball)
Sportspiel-Varianten (Beachvolleyball)</td><td>Inhaltlicher Kern BF/BS 1:
- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- Psychoregulative Verfahren zur Entspannung
-Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</td></tr>
<tr><td>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen,
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen,
- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.</td><td>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):
- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen,
- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten,
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden,
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden,
- selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen,
- funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.</td></tr>
</table>

Inhaltsfelder	
(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<u>Inhaltliche Schwerpunkte:</u> - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens <u>Sachkompetenz (SK):</u> - unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben, <u>Urteilskompetenz (UK):</u> - unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
(b) Bewegungsgestaltung	<u>Inhaltliche Schwerpunkte:</u> - Gestaltungskriterien

	Sachkompetenz (SK): - ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. Urteilskompetenz (UK): - Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
(c) Wagnis und Verantwortung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen Sachkompetenz (SK): - Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern,
(d) Leistung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Trainingsplanung und -organisation Methodenkompetenz (MK): - die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio), - Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. Urteilskompetenz (UK):
(e) Kooperation und Konkurrenz	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Fairness und Aggression im Sport Sachkompetenz (SK): - die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. Methodenkompetenz (MK): - bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden, - individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. Urteilskompetenz (UK): - die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
(f) Gesundheit	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit Sachkompetenz (SK): - gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern, - gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. Methodenkompetenz (MK): - Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. Urteilskompetenz (UK): - positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Profil2: Gymnastik und Tanz, Turnen

Bewegungsfelder/Sportbereiche (BF/SB): 5 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste 6 – Bewegen an Geräten - Turnen	
Leitende Inhaltsfelder: Bewegungsgestaltung (b) Wagnis und Verantwortung (c)	
Inhaltlicher Kern BF/BS 5:	**Inhaltlicher Kern BF/BS 6:**

- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen - Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen - Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen	- Gymnastik - Tanz - Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren, - eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren, - am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren, - an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen. - Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.	**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):** - selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren, - selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren, - selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren, - Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetischgestalterischen Bewegungshandelns -insbesondere der Improvisation- nutzen, - ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.

Inhaltsfelder	
(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<u>Inhaltliche Schwerpunkte:</u> - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens <u>Sachkompetenz (SK):</u> - unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. <u>Urteilskompetenz (UK):</u> - unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
(b) Bewegungsgestaltung	<u>Inhaltliche Schwerpunkte:</u> - Gestaltungskriterien - Improvisation und Variation von Bewegung <u>Sachkompetenz (SK):</u> - ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. <u>Methodenkompetenz (MK):</u> - verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. <u>Urteilskompetenz (UK):</u> - Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
(c) Wagnis und Verantwortung	<u>Inhaltliche Schwerpunkte:</u> - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen - Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns <u>Sachkompetenz (SK):</u> - Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern, - unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern.

	Methodenkompetenz (MK): - mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. Urteilskompetenz (UK): - unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.
(d) Leistung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Trainingsplanung und -organisation Methodenkompetenz (MK): - die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio), - Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. Urteilskompetenz (UK):
(e) Kooperation und Konkurrenz	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Fairness und Aggression im Sport Sachkompetenz (SK): - die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. Methodenkompetenz (MK): - bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden, Urteilskompetenz (UK):
(f) Gesundheit	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Sachkompetenz (SK): - gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. Urteilskompetenz (UK): - positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Profil3 : Basketball, Badminton, Leichtathletik

Bewegungsfelder/Sportbereiche (BF/SB): 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele 3 – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	
Leitende Inhaltsfelder: Kooperation und Konkurrenz (e) Leistung (d)	
Inhaltlicher Kern BF/BS 7: Mannschaftsspiele (Basketball/Streetball) Partnerspiele (Badminton)	**Inhaltlicher Kern BF/BS 3:** - leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß - Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) - alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK): - in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, - in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen,	**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):** - Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren, - einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen, - Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchfuhren.	und durchführen, - Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten), - alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Inhaltsfelder	
(a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Inhaltliche Schwerpunkte: - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens - grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. Sachkompetenz (SK): - unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. Urteilskompetenz (UK): - unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
(b) Bewegungsgestaltung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltungskriterien Sachkompetenz (SK): - ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. Urteilskompetenz (UK): - Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
(c) Wagnis und Verantwortung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen Sachkompetenz (SK): - Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.
(d) Leistung	Inhaltliche Schwerpunkte: - Trainingsplanung und -organisation - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen Sachkompetenz (SK): - zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. - physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. Methodenkompetenz (MK): - die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio), - Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. Urteilskompetenz (UK): - Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.
(e) Kooperation und Konkurrenz	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Fairness und Aggression im Sport Sachkompetenz (SK): - die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. Methodenkompetenz (MK): - bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden, - individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. Urteilskompetenz (UK): - die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

(f) Gesundheit	Inhaltliche Schwerpunkte: - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Sachkompetenz (SK): - gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern, Urteilskompetenz (UK): - positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.