

## **Schulinternen Lehrplan**

### **Gymnasium – Einführungsphase**

# **Sport**

**(Fassung vom 26.05.2024)**

# 1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

An der Schule steht eine moderne Dreifachsporthalle zur Verfügung, sodass der Sportunterricht parallel mit drei Klassen/Kursen stattfinden kann. Als Außenanlage steht die Anlage des benachbarten Sportvereins SV Lövenich/Widdersdorf zur Verfügung, die zwei Kunstrasen-Fußballfelder umfasst und mittelfristig weiter ausgebaut wird. Sie soll um Volleyballfelder und eine Leichtathletikanlage erweitert werden. Außerdem gibt es auf dem Schulgelände eine Top-Rope-Kletterwand, einen Basketball-Freiplatz sowie zwei Tischtennisplatten. Der angrenzende Park bietet mit unterschiedlichen Rundstrecken zusätzliche Möglichkeiten im Inhaltsfeld Leichtathletik. Der Schwimmunterricht findet im Stadionbad statt, das in einigen Minuten mit dem Bus erreicht werden kann.

In der Sekundarstufe 2 findet der Sportunterricht gemäß der verbindlichen Stundentafel wie folgt statt, wobei die Unterrichtseinheiten nach dem Zeitkonzept der Schule je 70 Minuten umfassen:

Jahrgangsstufe	EF	Q1 Grundkurs	Q2 Grundkurs
Wochenstunden à 70 Minuten	2	in Planung	in Planung

Die Profilbildung für die Qualifikationsphase befindet sich in Planung und wird unterschiedliche Kombinationen der Inhalts- und Bewegungsfelder enthalten.

Die Wahl des Fachs Sport als Abiturfach (2. oder 4. Prüfungsfach) befindet sich zur Zeit in Planung.

Die Fachschaft Sport stellt eine der größten Fachschaften der noch im Aufbau befindlichen Schule dar und setzt sich aktuell aus neun Kolleginnen und Kollegen zusammen. Aufgrund des Wachstums der Schule sind hier in den kommenden Jahren noch einige Zugänge zu erwarten.

## **2. Entscheidungen zum Unterricht**

### **2.1 Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe 2**

In der nachfolgenden Übersicht wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben dargestellt. Dem Schulkonzept „Paralleles Lehren und Lernen“ entsprechend wurden durch die Fachschaft zu allen Unterrichtsvorhaben Reihenplanungen, Materialien und einheitliche Leistungsüberprüfungen in den entsprechenden Ordnern im Lernmanagement-System „Microsoft Teams“ hinterlegt.

Die Übersicht dient dazu, für die einzelnen Jahrgangsstufen einen schnellen Überblick über Themen bzw. Fragestellungen der Unterrichtsvorhaben unter Angabe besonderer Schwerpunkte in den Inhalten und in der Kompetenzentwicklung aller am Bildungsprozess Beteiligten zu verschaffen. Dadurch soll verdeutlicht werden, welches Wissen und welche Fähigkeiten in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben besonders gut zu erlernen sind und welche Aspekte deshalb im Unterricht hervorgehoben thematisiert werden sollten. Unter den Hinweisen des Übersichtsrasters werden u.a. Möglichkeiten im Hinblick auf inhaltliche Fokussierungen und interne Verknüpfungen ausgewiesen.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Der Schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schülerinnen und Schülern, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Klassenfahrten o.Ä.) belässt.

## 2.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe EF

Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder mit den im Kernlehrplan aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen:	UE (70 Minuten)
<b>UV 1</b>	Hürdenlauf - Eine neu erlernte Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten	<b>3.1</b>	-	<b>8</b>
<b>UV 2</b>	Stars auf dem Parkett – Eine Gruppengestaltung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten.	<b>6.1</b>	<b>4.1</b>	<b>12</b>
<b>UV 3</b>	„Entdecke deine Möglichkeiten und verschiebe deine Grenzen“ - von der Grundidee Le Parkour zum individuellen Freerunning	<b>5.1</b>	-	<b>10</b>
<b>UV 4</b>	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) in den großen Mannschaftsspielen zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.	<b>7.1</b>	-	<b>12</b>
<b>UV 5</b>	Ein selbstständig entwickeltes Fitnessstudio in der Turnhalle – Gesundheitsorientiertes Krafttraining an Stationen erfahren, präsentieren und reflektieren.	<b>1.1</b>	<b>2.1</b>	<b>10</b>
<b>UV 6</b>	3.000m oder 5000m ausdauernd laufen? Mit der richtigen Methode und meinem Trainingsplan kein Problem!	<b>3.2</b>	-	<b>10</b>

<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b>	<b>72 UE</b>
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b>	<b>62 UE</b>
<b>Freiraum:</b>	<b>10 UE</b>

### 3. Konkretisierung der Unterrichtsvorhaben in der Einführungsphase

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
<b>Thema des UV: Hürdenlauf</b> - Eine neu erlernte Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten		
<b>BF/SB3: Laufen, Springen, Werfen -Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>d – Leistung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/ Stoß</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)</li> <li>Trainingsplanung und Organisation (d)</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> BWK <ul style="list-style-type: none"> <li>Eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf) [BWK 3.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> SK: <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben [SK a]</li> <li>unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern [SK d]</li> </ul> MK: <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden [MK a]</li> </ul> UK: <ul style="list-style-type: none"> <li>den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen [UK a]</li> <li>ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen [UK d]</li> </ul>	
<b>Leistungsbewertung (unterrichtsbegleitend):</b> s. schulinternes Leistungskonzept im Fach Sport	<b>Leistungsbewertung (punktuell):</b> Bewegungsdemonstration über drei Hürden anhand des Beobachtungsbogens (hinterlegt in „Teams“)	
<b>Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen: -</b>		

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12 Ustd.	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<b>Thema des UV:</b> Stars auf dem Parkett – Eine Gruppengestaltung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten.		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung Gestalten / Tanzen / Darstellen</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanz, Gymnastik</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungskriterien</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> BWK <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z. B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren,</li> <li>• ein (Hand-)Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)</li> <li>• Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)</li> <li>• eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)</li> </ul>	
<b>Leistungsbewertung (unterrichtsbegleitend):</b> s. schulinternes Leistungskonzept im Fach Sport	<b>Leistungsbewertung (punktuell):</b> Präsentation der Gruppengestaltung mit kriteriengestützter wechselseitiger Schülerbeurteilung sowie Lehrerbewertung anhand des zuvor entwickelten Beobachtungsbogens (Vorlage hinterlegt in „Teams“)	
<b>Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen: MKR 4.1</b>		

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 10 Ustd.	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
<b>Thema des UV: „Entdecke deine Möglichkeiten und verschiebe deine Grenzen“ - von der Grundidee Le Parkour zum individuellen Freerunning</b>		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen [c]</li> <li>· Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens [a]</li> <li>· Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren</li> <li>· turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren</li> <li>· Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>Die Schülerinnen und Schüler können</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.</li> <li>· unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.</li> <li>· Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.</li> <li>· unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.</li> </ul>	
<b>Leistungsbewertung (unterrichtsbegleitend):</b> s. schulinternes Leistungskonzept im Fach Sport  Portfolio zum individuellen Umgang mit Risiken und Ängsten	<b>Leistungsbewertung (punktuell):</b> Präsentation einer Bewegungsfolge an ausgewählten Geräten oder Bewältigung des Parcours auf der Basis der zuvor im Kurs festgelegten Bewertungskriterien (z.B. Schwierigkeitsgrad, Ausführungsqualität, Kreativität usw.)	
<b>Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen: -</b>		

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12 Ustd.	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
<p><b>Thema des UV4:</b> Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) in den großen Mannschaftsspielen zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.</p>		
<p><b>BF/SB 7:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p><b>Inhaltsfeld:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alle großen Mannschaftsspiele (Fußball, Basketball, Handball oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> BWK</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen oder unterschiedlicher Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p><b>SK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul> <p><b>MK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</li> </ul> <p><b>UK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechtsdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</li> </ul>	
<p><b>Leistungsbewertung (unterrichtsbegleitend):</b> s. schulinternes Leistungskonzept im Fach Sport</p>	<p><b>Leistungsbewertung (punktuell):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paarweise Anleitung einer Spiel- oder Übungssituation durch Schülerinnen und Schüler mit kriteriengeleitetem Feedback</li> <li>• Demonstration der Spielfähigkeit (z.B. mit Schwerpunkt im taktischen Verhalten in Angriff und/ oder Abwehr)</li> </ul>	
<p><b>Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen: -</b></p>		

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 10 Ustd.	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p><b>Thema des UV:</b> Ein selbstständig entwickeltes Fitnessstudio in der Turnhalle – Gesundheitsorientiertes Krafttraining an Stationen erfahren, präsentieren und reflektieren.</p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>f – Gesundheit</b>  d – Leistung</p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen der Fitnessgymnastik</li> <li>• Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</b></li> <li>• Trainingsplanung und Organisation [d]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren. [EF BWK 1.1]</li> <li>• unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden. [EF BWK 1.2]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. [EF SK f1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. [EF MK f1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. [EF UK f1]</li> <li>• ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. [EF UK d1]</li> </ul>	
<p><b>Leistungsbewertung (unterrichtsbegleitend):</b>  s. schulinternes Leistungskonzept im Fach Sport</p>	<p><b>Leistungsbewertung (punktuell):</b>  Erstellen einer Stationskarte für ein gesundheitlich-orientiertes Fitnesstraining nach gemeinsam erarbeiteten Kriterien</p>	
<p><b>Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen: 2.1</b></p>		

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 10 Ustd.	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
<b>Thema des UV:</b> 3.000m oder 5000m ausdauernd laufen? Mit der richtigen Methode und meinem Trainingsplan kein Problem!		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>f – Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletik. Disziplinen unter Berücksichtigung von <b>Lauf</b>, Sprung und Wurf/Stoß</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><u>Trainingsplanung und Organisation (d)</u></li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einen leichtathletischen Mehrkampf unter <b>realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit</b> organisieren und <b>durchführen</b><sup>[1]</sup></li> </ul> <p>[1] Hier wird nur der 5000m-Lauf akzentuiert.</p>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK)</li> <li>unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK)</li> <li><b>einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. <u>Lerntagebuch</u>) (MK)</b></li> <li>ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)</li> <li>sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)</li> <li>die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)</li> </ul>	
<b>Leistungsbewertung (unterrichtsbegleitend):</b> s. schulinternes Leistungskonzept im Fach Sport  regelmäßige Kontrolle des Fortschritts im Lauftagebuch	<b>Leistungsbewertung (punktuell):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kenntnis von Trainingsmethoden zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit</li> <li>Erstellung eines gesundheitsorientierten Trainingsplans und Dokumentation der Trainingseinheiten im Lauftagebuch</li> <li>Absolvierung des 3.000m-Laufs oder des 5.000m-Laufs (nach Leistungstabelle)</li> </ul>	
<b>Kompetenzen im Medienkompetenzrahmen: -</b>		