

**Richtlinien und Lehrpläne
für die Sekundarstufe I – Gesamtschule
in Nordrhein-Westfalen**

Sport

ISBN 3–89314–679–2

Heft 3112

Herausgegeben vom
Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung
des Landes Nordrhein-Westfalen
Völklinger Straße 49, 40221 Düsseldorf

Copyright by Ritterbach Verlag GmbH, Frechen

Druck und Verlag: Ritterbach Verlag
Rudolf-Diesel-Straße 5–7, 50226 Frechen
Telefon (0 22 34) 18 66-0, Fax (0 22 34) 18 66 90
www.ritterbach.de

1. Auflage 2001

Vorwort

Die Richtlinien und Lehrpläne Sport lösen das 1980 erlassene schulformübergreifende Lehrplanwerk Sport ab und ersetzen es durch schulformbezogene Lehrpläne, die die 1999 entwickelten Rahmenvorgaben umsetzen.

Es ist der zentrale Bildungsauftrag der Schule, grundlegende Kompetenzen zu vermitteln, die junge Menschen dazu befähigen, ihr Leben eigenverantwortlich zu planen und zu gestalten. Das bedeutet:

- Die Aufgabe der Schule besteht darin, den Jugendlichen neben einem fundierten Basiswissen Methoden und Strategien für ein lebenslanges Lernen zu vermitteln und sie zu befähigen, soziale Verantwortung zu übernehmen und in kritischer Abwägung Wertentscheidungen für ihr eigenes Leben zu treffen.

Dazu trägt das Fach Sport in einer spezifischen Weise bei:

- Im Bewegungshandeln werden Möglichkeiten und Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit erfahren; Strategien zur Erweiterung der Leistungsfähigkeit können entwickelt und erprobt werden. Der reflektierte Umgang mit der eigenen Körperlichkeit ergänzt in einer in anderen Fächern nicht zu vermittelnden Weise die Persönlichkeitsentwicklung.
- Bewegung, Spiel und Sport stellen spezifische Herausforderungen an Teamfähigkeit und Sozialverhalten.
- Der grundsätzlich handlungsorientierte Unterricht fördert in unmittelbarem Praxis-Theorie-Bezug selbstständiges Lernen, Planen und Entscheiden.

Bewegungspraxis, Reflexion auf Bewegungsprozesse und die dem Sport inhärenten sozialen Bezüge stehen deshalb im Vordergrund der vorliegenden Richtlinien und Lehrpläne. Sie betonen die pädagogischen Dimensionen von Bewegung, Spiel und Sport und definieren den spezifischen Beitrag des Faches zur Entwicklung und Sicherung der Qualität schulischer Arbeit.

Allen, die zu der Entwicklung der Richtlinien und Lehrpläne Sport beigetragen haben, danke ich für ihre engagierte Arbeit.


(Gabriele Behler)

Ministerin für Schule, Wissenschaft und Forschung
des Landes Nordrhein-Westfalen

**Auszug aus dem Amtsblatt
des Ministeriums für Schule, Wissenschaft und Forschung
des Landes Nordrhein-Westfalen
Teil 1 Nr. 8/01**

**Sekundarstufe I – Gesamtschule;
Richtlinien und Lehrpläne;
Sport**

RdErl. d. Ministeriums
für Schule, Wissenschaft und Forschung
v. 19. 6. 2001 – 722.36-20/0-174/01

Im Einvernehmen mit dem Ministerium für Städtebau und Wohnen, Kultur und Sport werden hiermit für die Sekundarstufe I – Gesamtschule in Nordrhein-Westfalen Richtlinien und Lehrpläne für das Fach Sport gemäß § 1 SchVG (BASS 1 – 2) festgesetzt.

Sie treten am 1. August 2001 für die Jahrgangsstufe 5 in Kraft.

Nach zweijähriger Einführungsphase werden sie zum 1. August 2003 für alle Jahrgangsstufen verbindlich. Ob sie vor diesem Termin übernommen werden, entscheidet die Fachkonferenz.

Die Veröffentlichung erfolgt als Heft 3112 in der Schriftenreihe „Schule in NRW“.

Die vom Verlag übersandten Hefte sind in die Schulbibliothek einzustellen und dort u. a. für die Mitwirkungsberechtigten zur Einsichtnahme bzw. zur Ausleihe verfügbar zu halten.

Die bisherigen Richtlinien und Lehrpläne für den Sport gemäß Runderlass vom 22. 12. 1980 (BASS 15 – 04 Nr. 2) treten mit Einführung dieser Richtlinien und Lehrpläne auslaufend außer Kraft.

Gesamtinhalt

	Seite
Richtlinien	
1 Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I der Gesamtschule	11
2 Aufgaben und Ziele der Gesamtschule	11
3 Erziehung in der Gesamtschule	13
4 Lehren und Lernen in der Gesamtschule	14
5 Grundsätze der Leistungsbewertung	18
6 Schulprogrammarbeit in der Gesamtschule	19
Rahmenvorgaben für den Schulsport	
1 Pädagogische Grundlegung für den Schulsport	25
2 Inhaltsbereiche des Schulsports	33
3 Grundsätze pädagogischen Handelns im Schulsport	40
4 Bewegung, Spiel und Sport im Schulleben und im Schulprogramm	43
Lehrplan Sport	
1 Aufgaben und Ziele des Schulsports in der Sekundarstufe I der Gesamtschule	51
2 Unterrichtsgestaltung	55
3 Inhaltsbereiche des Schulsports	59
4 Leistungsbewertung	107
5 Bewegung, Spiel und Sport als Elemente des Schulprogramms	108
6 Hinweise zur Arbeit mit dem Lehrplan	110

Richtlinien

Inhalt

	Seite	
1	Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I der Gesamtschule	11
2	Aufgaben und Ziele der Gesamtschule	11
3	Erziehung in der Gesamtschule	13
4	Lehren und Lernen in der Gesamtschule	14
5	Grundsätze der Leistungsbewertung	18
6	Schulprogrammarbeit in der Gesamtschule	19

„(1) Ehrfurcht vor Gott, Achtung vor der Würde des Menschen und Bereitschaft zum sozialen Handeln zu wecken, ist vornehmstes Ziel der Erziehung.

(2) Die Jugend soll erzogen werden im Geiste der Menschlichkeit, der Demokratie und der Freiheit, zur Duldsamkeit und zur Achtung vor der Überzeugung des anderen, zur Verantwortung für Tiere und die Erhaltung der natürlichen Lebensgrundlagen, in Liebe zu Volk und Heimat, zur Völkergemeinschaft und Friedensgesinnung.“

(Artikel 7 der Verfassung für das Land Nordrhein-Westfalen)

1 Richtlinien und Lehrpläne für die Sekundarstufe I der Gesamtschule

Richtlinien und Lehrpläne sichern das erforderliche Maß an Einheitlichkeit und Vergleichbarkeit schulischer Arbeit und Anforderungen, indem sie den für alle Gesamtschulen unverzichtbaren Bestand gemeinsamer Lerninhalte und die erforderlichen Leistungen festlegen. Sie machen deutlich, welche Ansprüche und Erwartungen Eltern, Schülerinnen und Schüler und die Gesellschaft insgesamt gegenüber der Schule haben können und welche Anforderungen die Schule an die Schülerinnen und Schüler und ihre Eltern stellen kann. Sie sind Rahmenvorgabe für die Entwicklungsarbeit der einzelnen Schule und zeigen die Gestaltungsräume für die Unterrichts- und Erziehungsarbeit in der Schule auf. Sie sind insofern Grundlage für die Erarbeitung und Umsetzung der schuleigenen Lehrpläne und des Schulprogramms der einzelnen Schule. Die Richtlinien und Lehrpläne sind Richtschnur für die Entwicklung und Sicherung der Qualität schulischer Arbeit.

Die Richtlinien und Lehrpläne sind so angelegt, dass die Gestaltungsräume der einzelnen Schule bei der Umsetzung der pädagogischen Leitideen möglichst groß bleiben. Daraus ergeben sich vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Verbunden damit ist aber auch die Verpflichtung, diese im Zusammenwirken mit dem Schulträger und außerschulischen Partnern zu nutzen.

Eltern und Schülerschaft müssen mit ihren Erfahrungen und Ansprüchen in diese Gestaltungs- und Entwicklungsprozesse einbezogen werden. Ihre Mitwirkung und Mitgestaltung ist für das Gelingen schulischer Arbeit unerlässlich. Lehrerinnen und Lehrer, Eltern, Schülerinnen und Schüler sollen sich gemeinsam bemühen, zu einer positiven Entwicklung ihrer Schule beizutragen.

2 Aufgaben und Ziele der Gesamtschule

Die Gesamtschule ist eine Schule der Sekundarstufen I und II, die ihren Schülerinnen und Schülern ohne Schulformwechsel einen Bildungsweg zu allen Abschlüssen und Berechtigungen der allgemeinen Schulen ermöglicht. In der Sekundarstufe I ist sie gemeinsame Schule für alle Kinder, die die Grundschule erfolgreich durchlaufen haben, und soll die Schülerinnen und Schüler befähigen, eine Berufsausbildung aufzunehmen oder in vollzeitschulische allgemein bildende oder berufliche Bildungsgänge der Sekundarstufe II einzutreten. Sie arbeitet mit Kindern und Jugendlichen unterschiedlicher Lernmöglichkeiten und Fähigkeiten, unterschiedlicher Interessen und Neigungen, unterschiedlicher sozialer Herkunft und kultureller Orientierungen. Sie bietet ihnen in einem Haus des Lernens vielfältige Lernmöglichkeiten und hält Laufbahnscheidungen möglichst lange offen.

Die Gesamtschule ist der Bildung und Erziehung ihrer Schülerinnen und Schüler gleichermaßen verpflichtet. Sie ist eine Schule der Vielfalt, in der junge Menschen lernen, zusammenzuleben und miteinander zu arbeiten und dabei Unterschiede nicht als trennend, sondern als bereichernd zu erfahren. Die Arbeit in der Gesamtschule ist so anzulegen, dass Schülerinnen und Schüler ihre Gemeinsamkeiten wie ihre Verschiedenartigkeit bewusst erleben, Unterschiede respektieren und voneinander

lernen. Auf diese Weise kann und soll die Gesamtschule ein Lern- und Erfahrungsraum sein, in dem junge Menschen ihre Identität ausbilden können.

In der Gesamtschule sollen die Schülerinnen und Schüler das eigene Lernen als eine Entwicklung erfahren, bei der verschiedene und individuelle Wege zum Ziel führen. Am Ende ihrer Schulzeit sollen alle Schülerinnen und Schüler eine Vielfalt an Lernformen und Lernwegen erprobt haben und möglichst beherrschen. Dazu gehört auch die Einsicht, dass und wie man aus Fehlversuchen und Fehlern lernen kann. Übergreifendes Ziel muss dabei sein, Lernwillen und Lernfreude der Kinder und Jugendlichen zu erhalten sowie Vertrauen und Zuversicht in die eigene Leistungsfähigkeit zu entwickeln und zu fördern. Lernbereitschaft und Selbstvertrauen sind dadurch zu stärken, dass sich Themen, Erfahrungen und Ergebnisse der schulischen Arbeit nicht nur vor den Anforderungen der Zukunft, sondern auch vor den aktuellen Lebensfragen und realen Problemen der Schülerinnen und Schüler als bedeutsam und hilfreich erweisen.

Die Gesamtschule fördert die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen auf der Grundlage ihrer individuellen Voraussetzungen und Möglichkeiten. Sie geht nicht von der Erwartung prinzipiell gleichförmig verlaufender Lernprozesse aus. Sie leitet ihre Schülerinnen und Schüler beharrlich zu eigenständigem Lernen an. Dem aus diesem Grundgedanken entwickelten pädagogischen Konzept der Gesamtschule entsprechend haben solche Arbeitsformen eine besondere Bedeutung, durch die Kinder und Jugendliche Sicherheit darin gewinnen können, ihre Lernwege selbst zu suchen, zu prüfen und zu verfolgen.

Schulische Arbeit beruht auf systematischem Lehren und Lernen. Dieser Anspruch muss durch vorplanendes Strukturieren und Arrangieren anregender Lernsituationen, durch die Entwicklung ergiebiger und vielseitiger Aufgabenstellungen, durch die Unterstützung und Anleitung der Lernenden sowie durch die Bewertung der Lernerfolge und Lernergebnisse abgesichert werden. Es kommt insbesondere darauf an, dass Schülerinnen und Schüler die Fähigkeit entwickeln, ihr Lernen bewusst wahrzunehmen und selbst zu organisieren.

Zur Bewältigung dieser Aufgaben müssen die Lehrerinnen und Lehrer den Integrations- und Differenzierungsauftrag der Gesamtschule bewusst wahrnehmen sowie die in der Gesamtschule angelegten Lernmöglichkeiten nutzen. Dies schließt das Bemühen ein, die individuellen Fähigkeiten und Interessen, die Belastungen und Sorgen der Schülerinnen und Schüler zu beachten und die eigene Arbeit entsprechend auszurichten. Dazu gehört ebenso die Bereitschaft, die Eltern als Erziehungspartner in die Beratung über Grundfragen der Erziehung und Bildung einzubeziehen.

Diesen Ansprüchen kann eine Schule am ehesten gerecht werden, wenn in ihren Gremien und Arbeitsgruppen mit Eltern sowie Schülerinnen und Schülern zusammen beraten und vereinbart wird,

- wie die Verschiedenartigkeit der Begabungen und Fähigkeiten, der Neigungen und Interessen gepflegt und genutzt werden kann, welche Konsequenzen sich für die Gestaltung der Lernprozesse und des Unterrichts ergeben und mit welchen Arbeits- und Verhaltensweisen die Lehrerinnen und Lehrer dem Rechnung tragen können,

- wie Selbstständigkeit und Selbstverantwortlichkeit entwickelt und gefördert werden können,
- wie und bei welchen Gelegenheiten die kulturelle und soziale Vielfalt zum Ausdruck kommen, entwickelt und als Bereicherung erfahren werden kann,
- wie einschränkende geschlechtsspezifische Rollenmuster bewusst gemacht werden können, um den Handlungsspielraum und die Entwicklungsmöglichkeiten der Mädchen und Jungen zu erweitern und dem Gedanken der reflexiven Koedukation nachhaltige Geltung zu verschaffen,
- wie für Lebens- und Bewegungsfreude, Ruhe und Nachdenklichkeit Zeit und Raum geschaffen werden können.

3 Erziehung in der Gesamtschule

Leitendes Ziel der Erziehung in der Gesamtschule ist es, junge Menschen zur Selbstständigkeit und zum friedlichen Miteinander in einer demokratischen Gesellschaft zu erziehen. Es gilt, vor allem ihre Fähigkeit und Bereitschaft zu entwickeln und zu festigen, mit Menschen unterschiedlicher Herkunft, unterschiedlicher Bildung und unterschiedlicher Interessen rücksichtsvoll zusammenzuleben. Die Erziehung soll so gestaltet werden, dass sie die konkrete Erfahrung der Gemeinsamkeit und Gleichberechtigung ebenso ermöglicht wie die Erfahrung von Verschiedenheit, dass sie zum Abbau von Vorurteilen ebenso beiträgt, wie sie die Bedingungen friedlichen Zusammenlebens erlebbar macht.

Dies schließt die Verpflichtung der Gesamtschule ein, ihre pädagogische Arbeit im Zusammenwirken mit den Eltern so auszurichten, dass ihre Schülerinnen und Schüler die grundlegenden Normen unserer demokratisch verfassten Gesellschaft kennen und verstehen lernen, um sie bewusst als Maßstab für eigenes Verhalten annehmen zu können. Die allgemeine Erklärung der Menschenrechte, das Grundgesetz und die Landesverfassung bestimmenden Wertentscheidungen sind unverzichtbare und unverhandelbare Grundlage der schulischen Erziehung. Besondere Aufmerksamkeit gilt der Achtung vor der Würde und Integrität aller Menschen, dem Einsatz für Schwache und Bedrohte sowie der Verantwortlichkeit für die gemeinsame Umwelt.

Dem Selbstverständnis der Gesamtschule entsprechend sollen Kinder und Jugendliche auch lernen, Partei zu ergreifen gegen Kränkungen, soziale oder kulturelle Isolierung und Intoleranz. Das schließt das sinnfällige Erleben ein, dass sie in der Schule auf der Grundlage gegenseitiger Toleranz ihre Auffassungen, Einstellungen und Interessen in einer sachlichen Auseinandersetzung äußern dürfen und sollen. Bei Konflikten müssen Schülerinnen und Schüler lernen, die Ansprüche und Überzeugungen anderer zu respektieren und auch Kritik auszuhalten. Andererseits müssen sie darauf vertrauen können, dass man ihnen mit Verständnis begegnet und dass ihr Anspruch auf Selbstbestimmung und Achtung respektiert wird.

Zum gemeinsamen Leben und Lernen in der Gesamtschule gehören die Verständigung über die in der Schule zu beachtenden Umgangs- und Arbeitsformen sowie deren Einübung, die Einhaltung von Vereinbarungen, das Nachdenken über Regeln

sowie eine einfache und einleuchtende Schulordnung, deren Befolgung und Wirksamkeit von jungen Menschen als sinnvoll erlebt werden kann.

Die Gesamtschule bietet besondere Möglichkeiten für soziales Lernen und für die Einübung von Mitwirkung und Mitbestimmung im Sinne demokratischer Teilhabe. Es liegt nahe, in der Gesamtschule jungen Menschen auch im Kernbereich von Unterricht und Erziehung zunehmend ernsthafte Möglichkeiten der Mitsprache und Mitwirkung anzubieten und auf diese Weise ihre Fähigkeit und ihre Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung in Gruppen, Organisationen oder Institutionen bewusst auszubilden.

In diesem Sinne sollen Kollegien und Schulleitungen im Zusammenwirken mit den Eltern und unter Einbeziehung der Schülerinnen und Schüler beraten und Vereinbarungen darüber treffen,

- wie die gesellschaftlich notwendigen Verhaltensanforderungen in der Schule vermittelt und mit Leben erfüllt werden können,
- welcher Ordnungsrahmen im Einzelnen in der Schule gelten soll und welche Umgangs- und Arbeitsformen von Schülerinnen und Schülern geübt und eingehalten werden sollen,
- in welcher Form und bei welchen wiederkehrenden Gelegenheiten Kinder und Jugendliche sich in der Verantwortung für andere bewähren und die Wirkungen eigenen Handelns unmittelbar erleben können,
- mit welchen Mitteln in der Schule ein gutes Lernklima und eine anregende Lernumwelt geschaffen werden können,
- mit welchen Mitteln und Sanktionen in der Schule Rücksichtslosigkeit und Intoleranz, sozialer und kultureller Ausgrenzung entgegengewirkt werden soll.

4 Lehren und Lernen in der Gesamtschule

Arbeiten und Lernen in der Gesamtschule sollen insgesamt darauf abzielen, Kindern und Jugendlichen die Qualifikationen zu vermitteln, die sie in die Lage versetzen, im privaten Leben, in Gesellschaft, Staat und Beruf verantwortlich handeln zu können. Dieser Auftrag schließt ein, dass sie gut auf die Arbeitswelt vorbereitet werden. Ein gesichertes Fundament fachlicher Kenntnisse und Qualifikationen bietet dafür die Voraussetzung. Zugleich gilt es, die schulischen Lernangebote so auszuformen, dass die Schülerinnen und Schüler Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten und Stärken sowie den Mut und die Sicherheit gewinnen, ihre Zukunft aus eigener Kraft und zusammen mit anderen gestalten zu können.

Durch ihre Arbeit in der Gesamtschule sollen die Schülerinnen und Schüler die erforderlichen Kenntnisse, Methoden, Arbeits- und Darstellungsweisen erwerben, um sich die Welt erschließen, von sich aus Erkenntnisse gewinnen und ihr Leben gestalten zu können. Sie sollen lernen, Einschätzungen, Beurteilungen, ethische Wertungen und weltanschauliche Entscheidungen begründet und verantwortungsbeusst vorzunehmen. Die Schule muss die Fähigkeit und Bereitschaft der Kinder und Jugendlichen entwickeln und fördern, sich in einer komplexen Wirklichkeit mit intensivem Informationsfluss, schnellen Veränderungen, hoher Mobilität und zunehmender Vernetzung zu orientieren.

Voraussetzung dazu ist ein Unterricht, der zum Erwerb eines sinnvoll geordneten, untereinander vielfach vernetzten und flexibel verwendbaren Wissens und Könnens beiträgt und die Entwicklung fachlichen und überfachlichen, personalen und sozialen Lernens fördert. Die Qualität eines solchen Unterrichts hängt davon ab, inwieweit es gelingt, Lernen in sinnvolle Kontexte einzubinden und Bezüge zu klar strukturierten Aufgaben herzustellen. Den unterschiedlichen Lernmöglichkeiten der Schülerinnen und Schüler und den mit den jeweiligen Aufgaben verbundenen Anforderungen wird der Unterricht durch Variation der Formen des Lehrens und Lernens gerecht. Entscheidend ist es, dass Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit erhalten, sich mit den Lerninhalten aktiv auseinander zu setzen und ihr Wissen und Können als Grundlage für weiteres Lernen aufzubauen.

Gestaltung individueller und gemeinsamer Lernprozesse

Der Erwerb der dazu erforderlichen Kenntnisse, Methoden, Arbeits- und Darstellungsweisen verlangt eine anregende und unterstützende Lernumgebung, aber auch die planvolle und zielgerichtete Gestaltung der individuellen und gemeinsamen Lernprozesse. Das schließt ein, dass Gelegenheiten geboten und gefördert werden müssen, bei denen Kinder und Jugendliche selbst Initiative und Verantwortung für ihre Arbeit übernehmen, selbstständig arbeiten und Probleme lösen. Die Gesamtschule geht davon aus, dass Kinder und Jugendliche immer schon Lernende sind, die neugierig sind und sich mit der sie umgebenden Welt auseinander setzen wollen. An diese Lernerfahrungen und -erwartungen knüpft die Gesamtschule immer wieder an.

Neben angeleitetem Arbeiten im Unterricht sollen die Formen der Arbeit, die Arbeitsphasen und die Inhalte der Lernaufgaben so gestaltet werden, dass auch selbstregulierende, sozial-interaktive und individuelle Tätigkeiten von den Schülerinnen und Schülern erprobt und entwickelt werden können. In diesem Zusammenhang müssen auch die notwendigen selbstständigen häuslichen Arbeiten gesehen werden.

Individuelles und gemeinsames Lernen muss bewusst gelernt werden, d. h. es muss immer wieder an selbstgesetzten und an aufgabenbezogenen Maßstäben gemessen und weiterentwickelt werden. Lernen soll auf Einsicht, Sinnstiftung, Verstehen und die Entwicklung von Handlungsbereitschaft und Handlungsfähigkeit angelegt sein. Bei gemeinsamen und individuellen Vorhaben soll die Präsentation der Arbeitsverfahren und Arbeitsergebnisse kontinuierlich Element des Unterrichts sein.

Kreativität und Medien

Lernen in diesem Sinne muss künstlerische Ausdrucksformen und affektive Zugänge zur Wirklichkeit einbeziehen und sie im Interesse einer ganzheitlichen Erfüllung des Bildungs- und Erziehungsauftrags der Gesamtschule mit den rationalen Denk- und Arbeitsmöglichkeiten verbinden.

Dem kreativen Lernen kommt eine besondere Bedeutung zu. Kreativität und Phantasie tragen zum Aufbau von Fähigkeiten und Fertigkeiten bei, die sich mit problemlösendem Denken, Intuition, Inspiration und Originalität umschreiben lassen.

Lernen in der Informationsgesellschaft ist ohne eine umfassende Medienkompetenz nicht mehr denkbar. Außerdem erschließt sich Kindern und Jugendlichen heute ein

großer Teil der Lebenswelt durch Medien. Deshalb sollen sie die Fähigkeit gewinnen, ihre eigenen Medienerlebnisse zu verarbeiten, Medienangebote für verschiedene Zwecke sachgerecht auszuwählen und verantwortungsvoll zu nutzen sowie für eigene Themen selbst Medien zu gestalten und Öffentlichkeit herzustellen. Sie sollen sich auch mit der gesellschaftlichen Bedeutung der Medien sowie mit ihrem Einfluss auf die Wahrnehmung und Gestaltung von Wirklichkeit auseinandersetzen.

Zentrale Lernbereiche

Eine besondere Bedeutung für das Lernen kommt der Sprache zu. Fachliches Lernen muss in der Gesamtschule immer auch auf sprachliches Lernen hin angelegt sein. Deshalb ist es gemeinsame Aufgabe aller Fächer, Möglichkeiten und Angebote zu schaffen, die den Schülerinnen und Schülern Gelegenheit geben, eine differenzierte Sprache zu entwickeln. Dies ist eine wesentliche Voraussetzung dafür, Ideen, Gedanken, Urteile und Absichten in unterschiedlichen Handlungszusammenhängen zu erfassen und mündlich und schriftlich korrekt auszudrücken. Die bewusste Förderung der sprachlichen Entwicklung der Heranwachsenden hilft ihnen, ihre Erfahrungen und Wünsche gedanklich und emotional zu klären.

Für eine Lebenswirklichkeit, die sich zunehmend durch Internationalisierung auszeichnet, müssen junge Menschen soweit handlungsfähig sein, sich in Wort und Schrift in wenigstens einer Fremdsprache (Englisch) verständigen zu können. Der Fremdsprachenunterricht soll zugleich so angelegt sein, dass er die interkulturelle Handlungsfähigkeit fördert. Insgesamt ist es wichtig, Verständnis für sprachliche und kulturelle Vielfalt zu wecken.

Über die Fächergrenzen hinweg müssen Schülerinnen und Schülern Lernanlässe gegeben werden, grundlegendes mathematisches Denken zu entwickeln und im Alltagsleben anzuwenden.

Sie müssen Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten in den naturwissenschaftlichen, technischen, wirtschaftlichen, gesellschaftswissenschaftlichen und künstlerischen Bereichen gewinnen, um grundlegende Begriffe aufbauen und Zusammenhänge selbst herstellen zu können.

Die Auseinandersetzung mit Weltdeutungs- und Glaubensfragen hat für die Selbstfindung der Heranwachsenden einen hohen Stellenwert. Sie ist unverzichtbarer Bestandteil der Arbeit in der Gesamtschule.

Fächerübergreifende Vorhaben

Auf der Grundlage fachlichen Wissens und fachspezifischer Fähigkeiten und Fertigkeiten erarbeitet die Gesamtschule mit den Schülerinnen und Schülern auch grundlegende überfachliche Fragestellungen, Themen und Arbeitstechniken. Dies muss in allen Jahrgängen als gemeinsame Aufgabe aller Fächer verstanden werden. Von Anfang an müssen die Schülerinnen und Schüler immer wieder Gelegenheit erhalten, fachbezogene Kenntnisse und Fertigkeiten an komplexen Aufgaben und Problemstellungen anzuwenden und spezifische Leistungen und Begrenzungen der Fächer zu erfahren. Dazu sind fächerübergreifende Vorhaben besonders geeignet. Gegenstand solcher Vorhaben sollen Schlüsselprobleme unserer Lebenswelt und Fragen sein, die die Kinder und Jugendlichen innerhalb und außerhalb der Schule

besonders beschäftigen. In jeder Jahrgangsstufe soll ein solches Vorhaben unter Beteiligung mehrerer Fächer durchgeführt werden, wobei im Laufe der Sekundarstufe I möglichst alle Fächer einzubinden sind.

Formen der Unterrichtsorganisation

Die Gesamtschule erleichtert den Kindern den Übergang von der Grundschule, indem sie die ihnen vertrauten Formen des alltäglichen Umgangs, des Lernens und des Schullebens aufnimmt und weiterentwickelt. In den ersten Jahrgängen der Sekundarstufe I sind die Kontinuität und der persönliche Bezug für die Erziehung und das Lernen besonders wichtig. Deshalb soll sich die Schule darum bemühen, unter Beachtung der fachlichen Kompetenz möglichst viel Unterricht in die Hände weniger Lehrerinnen und Lehrer zu legen, die sich in ihrer gemeinsamen Arbeit als pädagogisches Team verstehen.

Im Laufe der Sekundarstufe I führt der Prozess der Identitätsentwicklung die Kinder und Jugendlichen zu Auseinandersetzungen mit anderen Menschen und neuen Sachzusammenhängen, in denen sie sich erproben und bewähren wollen. Um Selbstständigkeit und selbstverantwortliches Lernen weiter zu fördern, stellt die Gesamtschule neben den Unterricht im Klassenverband und in Fachleistungskursen die Arbeit in wählbaren Fächern und Lernbereichen, in Arbeitsgemeinschaften und in Projekten. Damit ist den Heranwachsenden die Möglichkeit gegeben, für ihre Arbeit und Schullaufbahn schrittweise und eigenständig Schwerpunkte zu setzen.

In den letzten beiden Jahren der Sekundarstufe I müssen sich die Schülerinnen und Schüler ihren Fähigkeiten und Interessen entsprechend verstärkt auf unterschiedliche schulische und berufliche Bildungsgänge hin orientieren. Sie sind dabei auf kundige Beratung und gezielte Förderung angewiesen und brauchen exemplarische Einblicke und Erfahrungen zur Erleichterung der Entscheidung über ihre weitere Schul- oder Ausbildungslaufbahn. Diesem Ziel dienen sowohl Unterrichtsvorhaben als auch Praktika; eine enge Kooperation zwischen Schulen und Betrieben ist anzustreben.

Ganztagspezifische Angebote

Besonderer Gestaltungsspielraum bietet sich den Gesamtschulen durch die Ganztagsform, die es der einzelnen Schule ermöglicht, ihr gemäße Konzepte für Arbeitsgemeinschaften, Fördermaßnahmen, Übungs- und Arbeitsstunden sowie für die Beratung herauszubilden. Eine Rhythmisierung des Schultages unter Berücksichtigung vielfältiger ganztagspezifischer Angebote ist anzustreben. Kinder und Jugendliche müssen ermutigt und herausgefordert werden, Freude an körperlicher Bewegung und gesundheitsbewusster Lebensführung zu entwickeln.

Aufgaben der Lehrerinnen und Lehrer

Es ist die gemeinsame Aufgabe der Lehrerinnen und Lehrer, für die gesamte Sekundarstufe I wie auch für die einzelnen Jahrgangsstufen festzulegen,

- durch welche Gestaltung der Lern- und Arbeitsräume sowie des Lernumfeldes,
- durch welche von allen zu praktizierenden Arbeits- und Verhaltensweisen,

- durch welche Formen der selbstständigen häuslichen Arbeit und
- durch welche fächerübergreifend eingesetzten Arbeits- und Sozialformen die gemeinsamen, für alle geltenden Zielsetzungen angestrebt werden sollen.

Dabei soll sichergestellt werden, dass Schülerinnen und Schüler

- ein möglichst breites Spektrum von Techniken des Beobachtens, des Wahrnehmens, des Sich-Einprägens und Erinnerns kennen lernen und sich aneignen können,
- die Fähigkeit zu selbstständigem Arbeiten, zur Selbstorganisation und zur Zusammenarbeit mit anderen entwickeln und ausbilden,
- systematisch die Fähigkeit aufbauen, selbstständig Probleme zu lösen bei zunehmend sicherer Verfügbarkeit über Methoden und Kenntnisse und deren gezielter Ausweitung und Ausdifferenzierung,
- zunehmend besser in der Lage sind, ihre Lern- und Arbeitsergebnisse eigenständig, reflektiert und in vielfältigen Ausdrucksformen darzustellen,
- in Hinblick auf Sachkompetenz, Selbstständigkeit, Teamfähigkeit und soziale Kompetenz Ansprüche an sich selbst stellen und sich entsprechende Leistungen abverlangen,
- durch Erfahrungen in Ernstsituationen in ihrer Bereitschaft gestärkt werden, Verantwortung zu übernehmen und sich in Mitwirkungs- und Mitbestimmungsprozesse einzubringen.

5 Grundsätze der Leistungsbewertung

Die Leistungsbewertung soll über den Stand des Lernprozesses der Schülerin bzw. des Schülers Aufschluss geben; sie soll auch Grundlage für die weitere Förderung sein. Sie bezieht sich auf die im Unterricht vermittelten Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Ihre Grundlagen sind die im Unterricht gestellten Anforderungen und die Feststellung der individuellen Lernfortschritte.

Die im Unterricht zu stellenden Anforderungen ergeben sich aus den Lehrplänen. Ihre Umsetzung im Unterricht soll der Leistungsfähigkeit der jeweiligen Lerngruppe angemessen sein. Der Unterricht muss daher auch die unterschiedlichen Fähigkeiten und Interessen der Schülerinnen und Schüler, ihre Lernanstrengungen und ihre individuelle Lernentwicklung berücksichtigen.

In der Gesamtschule sind Leistungsüberprüfung und die Bewertung des Lernerfolgs Grundlage nicht nur für die Vergabe von Abschlüssen und Berechtigungen, sondern auch für die Zuweisung zu Erweiterungs- und Grundkursen und für die Ausprägung der Schullaufbahn. Für die Beratungsaufgaben der Schule ist deshalb auch die individuelle Lernentwicklung von Bedeutung. Dementsprechend ist die Leistungsbeurteilung in der Gesamtschule so anzulegen, dass sie ebenso zu Erkenntnissen über die individuelle Lernentwicklung, über die persönlichen Lernanstrengungen, Lernwege und Interessen führt, wie sie die Leistung an den verbindlichen Standards

misst. Dieser Zusammenhang muss den Lernenden und ihren Eltern bewusst gemacht und erläutert werden.

Die Lehrerinnen und Lehrer sind gehalten, im Rahmen der geltenden Bestimmungen möglichst verschiedenartige Formen der Leistungsüberprüfung, der Leistungsbeschreibung und der Leistungsbewertung zu entwickeln und anzuwenden. Dabei sollen den Schülerinnen und Schülern vielfältige Möglichkeiten der Präsentation ihrer Leistungen gegeben werden. Es soll auch berücksichtigt werden, inwiefern Schülerinnen und Schüler in der Lage sind, die gemeinsame Arbeit zu strukturieren, zu moderieren und zu Ergebnissen zu führen. Anstrengungsbereitschaft, Kooperationsfähigkeit und Zuverlässigkeit sollen ausdrücklich anerkannt werden.

Der Unterricht muss die Schülerinnen und Schüler angemessen auf die vorgesehenen Formen der Leistungsüberprüfung und Leistungsbewertung vorbereiten. Sie sollen deshalb über Umfang und Anspruchshöhe der gestellten Anforderungen informiert werden.

Lernergebnisse und Lernerfolge der Schülerinnen und Schüler sind ein unverzichtbares Element für die Entwicklung und Sicherung der Qualität schulischer Arbeit. Deswegen sind Leistungsüberprüfung und Leistungsbewertung so zu gestalten und zu dokumentieren, dass ihre Ergebnisse über die Beurteilung der einzelnen Schülerinnen und Schüler hinaus in Maßnahmen zur Standardsicherung und Qualitätsentwicklung einbezogen werden können.

Aus diesen Grundsätzen der Leistungsbewertung ergibt sich für Lehrerinnen und Lehrer die Aufgabe, in den Mitwirkungsgremien der Schule im Rahmen der staatlichen Vorgaben zu beraten und zu vereinbaren,

- wie die Lernfortschritte und Lernergebnisse der Schülerinnen und Schüler im Einzelnen ermittelt und sachgerecht bewertet werden können,
- welche Formen der Leistungsüberprüfung in Ergänzung der üblichen schriftlichen Arbeiten eingesetzt werden können,
- welche ggf. neuen und erweiterten Möglichkeiten den Schülerinnen und Schülern eröffnet werden sollen, ihre persönlichen Lernfortschritte und Lernerfahrungen sachangemessen darzustellen,
- wie Anstrengungsbereitschaft, Teamfähigkeit, Zuverlässigkeit und die Fähigkeit zur Selbstorganisation dokumentiert und berücksichtigt werden können,
- welche Formen der Leistungsüberprüfung und Dokumentation als Grundlage der Qualitätssicherung dienen können.

6 Schulprogrammarbeit in der Gesamtschule

Erziehung, Arbeiten und Lernen in der Gesamtschule richten sich als Gestaltungsauftrag an die Gesamtheit der Lehrerinnen und Lehrer. Umfang und Vielfalt der in der Schule zu leistenden erzieherischen und fachlichen Arbeit verdeutlichen, dass diese nicht von Einzelnen und unabhängig voneinander bewältigt werden kann. Unbeschadet der notwendigen Verpflichtung der Lehrerinnen und Lehrer, ihre individuellen Aufgaben eigenverantwortlich wahrzunehmen, ist es unverzichtbar, dass jedes Kollegium – in den Mitwirkungsgremien wie in aufgabenbezogenen Arbeitsgruppen

oder Teams – ein in sich schlüssiges Konzept für die Gestaltung der Gesamtschule als Stätte des fachbezogenen und fächerübergreifenden Lernens erarbeitet und unter Einbeziehung der Schülerinnen und Schüler und der Eltern für alle in der Schule Tätigen verbindlich macht. Die Zusammenarbeit in der Schule muss sich vor allem darin bewähren, dass alle Bemühungen darauf gerichtet sind, bei Schülerinnen und Schülern eine differenzierte, möglichst mehrdimensionale Lernkompetenz anzubahnen und auszubauen.

Im Interesse einer planvollen pädagogischen Gestaltung der Gesamtschule und ihrer Außendarstellung ist es Aufgabe jeder Schule, ihre grundlegenden pädagogischen Ziele, die Wege, die dorthin führen, und Verfahren, die das Erreichen der Ziele überprüfen und bewerten, in einem Schulprogramm zusammenzufassen. Das Schulprogramm soll – als eine Zielvereinbarung für alle an der schulischen Arbeit Beteiligten – Grundsätze und Schwerpunkte der unterrichtlichen Arbeit in den Jahrgangsstufen und jahrgangsübergreifende Konzepte für die Gestaltung des Schullebens und die Öffnung der Schule konzeptionell aufeinander beziehen. Auf der Grundlage des Schulprogramms überprüfen die Schulen in regelmäßigen Abständen die Durchführung und den Erfolg ihrer Arbeit.

Grundlage für die Erarbeitung eines Schulprogramms ist eine Bestandsaufnahme der erzieherischen und fachlichen Arbeit, insbesondere ihrer Ergebnisse. Hierbei können zugleich Formen der innerschulischen Kooperation gepflegt und weiterentwickelt werden. Aus den so gewonnenen Erfahrungen und Feststellungen lassen sich die Ziele und Arbeitsschritte für die Entwicklung der Schule ableiten und vereinbaren. In diesem Zusammenhang müssen auch Standards und Verfahren der innerschulischen Qualitätssicherung festgelegt werden.

Es empfiehlt sich, das Schulprogramm in Jahresarbeitsplänen auszuarbeiten, die die jeweils für das Schuljahr verbindlichen Entwicklungsziele und die Arbeitsschwerpunkte für die einzelnen Jahrgangsstufen, Fachgruppen oder vorhabenbezogenen Entwicklungsgruppen ausweisen. Die Jahresarbeitspläne können Anhaltspunkte bieten, um für einen überschaubaren Zeitraum den Erfolg der geleisteten Arbeit einschätzen und bewerten zu können.

Schulprogramm und ggf. Arbeitspläne bilden auch die Grundlage für das Fortbildungskonzept der Schule. Dieses ist so zu formulieren, dass es Verbindlichkeit und Kontinuität des Schulprogramms unterstützt, notwendige Kompetenzen zur Weiterentwicklung der Schule erschließt und zur Bündelung der vorhandenen Kapazitäten führt.

Rahmenvorgaben für den Schulsport

Inhalt

	Seite
1 Pädagogische Grundlegung für den Schulsport	25
1.1 Auftrag des Schulsports	25
1.2 Pädagogische Perspektiven auf den Sport in der Schule	26
1.3 Beiträge des Schulsports zu überfachlichen Aufgaben der Schule	32
2 Inhaltsbereiche des Schulsports	33
2.1 Auswahl und Gliederung der Inhaltsbereiche	33
2.2 Beschreibung der Inhaltsbereiche	34
2.3 Verbindlichkeiten für den Sportunterricht auf der Inhaltsebene	39
3 Grundsätze pädagogischen Handelns im Schulsport	40
3.1 Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts	40
3.2 Außerunterrichtlicher Schulsport als pädagogisches Handlungsfeld	42
4 Bewegung, Spiel und Sport im Schulleben und im Schulprogramm	43
4.1 Struktureller Rahmen für Bewegung, Spiel und Sport in der Schule	43
4.2 Angebotsformen des außerunterrichtlichen Schulsports	43
4.3 Beiträge des Schulsports zum Schulprogramm	45

1 Pädagogische Grundlegung für den Schulsport

1.1 Auftrag des Schulsports

Mit dem Schulsport kommt die Institution Schule ihrer Verantwortung für den Aufgabenbereich Körper und Bewegung, Spiel und Sport nach. In Spiel und Sport ereignet sich das pädagogisch Bedeutsame zunächst in und durch Bewegung, womit zugleich die Körperlichkeit der Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise angesprochen wird. Darauf beruhen die Sonderstellung und die Unverzichtbarkeit dieses Aufgabenbereichs in der Schule.

Schulsport ist jedoch in seinen pädagogisch bedeutsamen Wirkungen nicht auf die körperliche und die motorische Dimension der Entwicklung beschränkt, sondern versteht sich als wichtiger Ansatzpunkt ganzheitlicher Erziehung. Die Bewegungen, um die es im Schulsport geht, aktualisieren immer auch soziale Bezüge, Emotionen, Motive, Kognitionen und Wertvorstellungen. Insofern verdienen Unterrichts- und Erziehungsprozesse im Schulsport nachdrücklich das Attribut „ganzheitlich“. Auch darauf beruht angesichts der Lebens- und Lernbedingungen der Heranwachsenden der unersetzliche Wert dieses Aufgabenbereichs.

Wenn der Aufgabenbereich hier Schulsport genannt wird, so ist darin „Sport“ in einem weiten Sinne zu verstehen. Als Sport wird jener Teil unserer Kultur verstanden, in dem die körperbetonte, spielerisch-sportliche Bewegung in unterschiedlichen Formen und Zugangsweisen Gestalt angenommen hat. Neben diesem verbreiteten, weiten Begriffsverständnis begründet auch die sprachliche Zweckmäßigkeit des Terminus diese Entscheidung. Dennoch wird an verschiedenen Stellen auch das mit „Sport“ Gemeinte durch Formulierungen wie „Bewegung, Spiel und Sport“ umschrieben. Dadurch wird die pädagogisch wünschenswerte inhaltliche Weite dieses Aufgabengebiets unterstrichen. Schulsport soll den Blick für die Gesamtheit von Bewegung, Spiel und Sport in unserer Gesellschaft öffnen. Er umfasst daher schulrelevante Ausschnitte aus diesem Feld der Möglichkeiten und steht für die Vielfalt pädagogisch wünschenswerter, hier vermittelbarer Erfahrungen und Qualifikationen.

Die *Rahmenvorgaben für den Schulsport* wie auch die *Lehrpläne Sport* der einzelnen Schulformen und Schulstufen entfalten gemeinsam die hier zugrunde liegende fachdidaktische Position. Sie besteht darin, Bewegung, Spiel und Sport sowohl als Mittel individueller Entwicklungsförderung einzusetzen, als auch durch den Schulsport die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur zu erschließen. Deshalb wird als pädagogische Leitidee des Schulsports folgender *Doppelauftrag* formuliert:

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur

Der Auftrag zur Entwicklungsförderung richtet den Blick auf die Kinder und Jugendlichen; sie sollen in ihrer Entwicklung durch Erfahrungen in sportbezogenen Aufgabenstellungen ganzheitlich gefördert werden. Entwicklungsförderung muss von den je individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler ausgehen. Die Eigenart des Faches Sport führt dazu, dass diese Voraussetzungen in ihrer Unterschiedlichkeit besonders hervortreten. Zum Beispiel haben Mädchen und Jungen geschlechtstypische Erwartungen an den Sport, aber auch ethnische Zugehörigkeit,

besondere körperliche Leistungsvoraussetzungen oder Beeinträchtigungen begründen einen je spezifischen Anspruch auf Förderung. Je heterogener in dieser Hinsicht eine Lerngruppe ist, desto anspruchsvoller ist die Planung und Durchführung des Sportunterrichts.

Der Auftrag zur Erschließung des facheigenen Sachgebiets richtet den Blick auf die Aktivitäten und Handlungsmuster des Sports; ihre Vielfalt gilt es erfahrbar zu machen und sinnerfülltes Sporttreiben als Teil selbstverantwortlicher Lebensgestaltung anzubahnen. Der Schulsport bezieht sich damit auf die gesellschaftliche Wirklichkeit des Sports außerhalb der Schule. Sein Auftrag besteht darin, die Handlungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler bezogen auf diesen Sport an exemplarisch ausgewählten Beispielen zu fördern. Das schließt ein, sie auch anzuleiten, den Sport in seinen geläufigen, institutionalisierten Formen auf seine Sinnhaftigkeit zu prüfen, ggf. auch für die eigene Praxis zu ändern. Das ideale Ziel dieser Förderung besteht darin, dass für die Schülerinnen und Schüler Sport ein regelmäßiger Faktor einer aktiven, sinnbewussten Lebensgestaltung wird und bleibt.

Für die Sportlehrerinnen und Sportlehrer ergibt sich die Verpflichtung, diesen Doppelauftrag als sportpädagogische Aufgabe zu erkennen und im Schulsport umzusetzen. Beide Seiten des Doppelauftrags sind von gleicher Wichtigkeit; in einem erziehenden Sportunterricht werden sie zugleich angesprochen. Nutzt der Schulsport durch die Realisierung des Doppelauftrages die Erziehungs- und Bildungsmöglichkeiten, werden die Schülerinnen und Schüler zunehmend sensibler, sachlich kompetenter, urteils- und gestaltungsfähiger für Bewegung, Körperlichkeit und Sport. Damit trägt der Schulsport auf seine Weise und mit seinen Mitteln zur Erreichung des allgemeinen Ziels von Schule bei, nämlich personale Identität in sozialer Verantwortung so zu fördern, dass eine Handlungsfähigkeit entsteht, mit der die eigene Lebenswelt sinnvoll und verantwortungsbewusst gestaltet werden kann.

1.2 Pädagogische Perspektiven auf den Sport in der Schule

Der Doppelauftrag kennzeichnet den pädagogischen Standpunkt, von dem aus das komplexe Handlungsfeld von Bewegung, Spiel und Sport in den Blick genommen wird. Von diesem Standpunkt aus werden hier sechs pädagogische Perspektiven herausgestellt. Jede pädagogische Perspektive lässt erkennen, inwiefern sportliche Aktivität pädagogisch wertvoll sein kann, und bietet damit zugleich eine Antwort auf die Frage, wie sich im Schulsport die Entwicklung Heranwachsender in einer Weise fördern lässt, die kein anderes Fach ersetzen kann. Diese Chancen gilt es möglichst umfassend zu nutzen.

Unter jeder Perspektive lässt sich auch an Sinngebungen anknüpfen, die im Sport geläufig sind und mit denen Menschen unserer Zeit begründen, was sie im Sport suchen und warum sie ihn als Bereicherung ihres Lebens schätzen. Der Sportunterricht soll auf solche Sinngebungen Bezug nehmen und damit dazu beitragen, Sportkultur zu erschließen. Die verbreiteten Sinngebungen des Sports sind schon für Kinder und Jugendliche zugänglich. Insofern lässt sich unter jeder Perspektive auch Anschluss an deren Lebenswelt gewinnen. Aber der Schulsport darf nicht einseitig auf die Erwartungen bauen, die Schülerinnen und Schüler bereits mitbringen. Typi-

scherweise werden die Lehrkräfte von diesen ausgehen, ihnen dann jedoch ihre eigenen, pädagogisch reflektierten Anliegen gegenüberstellen.

Die Reihenfolge, in der die sechs pädagogischen Perspektiven aufgeführt werden, drückt keine Gewichtung aus. Prinzipiell sind alle Perspektiven gleich bedeutsam. Der Auftrag des Schulsports bleibt unvollständig erfüllt, wenn eine von ihnen vernachlässigt wird.

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Die Wahrnehmungsfähigkeit eines Menschen entwickelt sich an den Aufgaben, die er seinen Sinnen stellt. Unter heute typischen Lebensbedingungen konzentriert sich Wahrnehmung einseitig auf bestimmte Formen des Sehens und Hörens. Es ist eine Herausforderung für die Schule geworden, dem entgegenzuwirken: Eine vielseitige, entwicklungsgerechte Ansprache aller Sinne fördert das Lernen und zugleich die allgemeine Lernfähigkeit. Das gilt für alle Schulfächer und für alle Schulstufen. Mit Bewegung und Sport können in dieser Hinsicht Beiträge geleistet werden, die schulisches Lernen insgesamt unterstützen.

Bewegungsaufgaben im Sport stellen vielseitige Anforderungen an die Wahrnehmungsfähigkeit. Sie stimulieren auch vestibuläre, kinästhetische und taktile Wahrnehmungen und fördern deren Integration. Dies kommt auch motorischen Lernprozessen und der sportlichen Leistungsfähigkeit zugute. Andererseits lässt sich über die Erweiterung des Bewegungskönnens die Wahrnehmungsfähigkeit differenzieren. Die Wahrnehmungsfähigkeit ist für die Entwicklung und das Lernen im Kindes- und Jugendalter grundlegend. Bewegungsaufgaben, die z. B. Anforderungen an Gleichgewichts- und Spannungsregulierung, Auge-Hand-Koordination und räumliches Sehen stellen, sind in dieser Hinsicht aufschlussreich und förderlich zugleich. Sie sind auch daher unverzichtbare Elemente des Schulsports.

Bewegung ist der fundamentale Zugang zur Erfahrung des Selbst und der Welt. Der erkundende, spielerische Umgang mit der materialen Umgebung und die Erschließung von Körpererfahrungen durch Bewegung gehören daher ebenso in den Sportunterricht aller Schulstufen wie die Einweisung in funktionale Bewegungstechniken des Sports. Mit dem individuellen Bewegungsrepertoire entwickeln sich zugleich die Wahrnehmung der Welt und des eigenen Körpers. Indem Kinder z. B. schwimmen und tauchen lernen, gewinnt für sie das Wasser eine weitere Bedeutung und sie erfahren Neues über sich selbst. Ähnliches gilt für die Eroberung der dritten Dimension beim Klettern oder das Spiel mit der Schwerkraft beim Springen.

Die sinnlichen Empfindungen, die mit Bewegungen im Sport verbunden sein können, reizen zu weiterer körperlicher Aktivität und tragen dazu bei, die Freude an der Bewegung zu erhalten. Indem solche Empfindungen im Sport durch eigenes Tun erschlossen und kontrolliert werden können, stärken sie zugleich das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)

Der menschliche Körper, insbesondere der Körper in Bewegung, ist Träger von Botschaften der Person. Vor allem junge Menschen definieren sich über ihren Körper;

ihr Körperkonzept ist ein wesentlicher Teil ihres Selbstkonzepts. Es ist eine der anerkannten Entwicklungsaufgaben des Jugendalters, im Einklang mit der eigenen Körperlichkeit leben zu lernen. Sie schließt auch ein, dass Jugendliche urteilsfähig gegenüber Vorgaben werden, wie man aussehen und sich bewegen sollte.

Der Sport bietet in der Schule mehr Anlässe als jedes andere Fach, die Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers zu erproben und zu reflektieren. Die Identifikation mit der eigenen Bewegung bringt es mit sich, dass Arbeit am Bewegungsausdruck immer auch Arbeit am Ich ist. Die Aufgabe des Sportunterrichts kann darin bestehen, junge Menschen bei dieser Arbeit zu unterstützen. Das schließt ein, dass sie auch lernen: Ich bin mehr als mein Körper.

Im Sportunterricht geht es unter dieser Perspektive zunächst darum, die Vielfalt des individuellen Bewegungsrepertoires über das instrumentell Zweckmäßige hinaus zu erweitern: mit der Bewegung zu spielen, sich über Bewegung auszudrücken und Bewegungsideen zu gestalten. An geeigneten Beispielen, u. a. aus Tanz, Turnen, Akrobatik, Jonglage, sollen alle Schülerinnen und Schüler lernen, Bewegungskunststücke auf einem für sie angemessenen Niveau zu gestalten und zu beurteilen. Bewegung bietet sich in diesem Zusammenhang als Medium ästhetischer Erziehung an. Mit der Entwicklung des individuellen Könnens ergeben sich Anlässe, die Wahrnehmung zu schärfen, die Gestaltungsfähigkeit auszuprägen und das Urteilsvermögen zu erweitern. Der Schulsport enthält unter dieser Perspektive auch spezifische Chancen für Kooperation, soziales Lernen und die Erfahrung von Gemeinschaft. Die Gestaltung von Bewegungen mit der Partnerin oder dem Partner und in der Gruppe ist daher bevorzugt zu fördern.

Da die Ausdrucksqualität des Körpers geschlechtstypisch gedeutet wird, bietet der koedukative Unterricht unter dieser Perspektive besondere Anlässe sozialer Erfahrung, kann in bestimmten Entwicklungsabschnitten und Lerngruppen aber auch an seine Grenzen stoßen. Die unterschiedliche Verwendung des Körpers in den Ethnien einer Klasse bietet Ansatzpunkte, die aufgegriffen werden können, um interkulturelles Verstehen zu fördern.

Etwas wagen und verantworten (C)

Wer etwas wagt, sucht aus eigener Entscheidung eine herausfordernde Situation mit unsicherem Ausgang auf und bemüht sich, diese im Wesentlichen mit den eigenen Fähigkeiten zu bestehen. Insofern ist das Wagnis eine Situation der Bewährung. Daher suchen junge Menschen das Wagnis, und sie gehen es nicht ein, obwohl, sondern weil es sie an ihre Grenzen führt. Jedes Wagnis enthält Proben für die Selbsteinschätzung und Anreize, das eigene Können weiterzuentwickeln. Viele Kinder und Jugendliche brauchen gerade in solchen Situationen Ermutigung und Stärkung.

Besonders dann, wenn der feste Stand auf dem Boden, die gewohnte Position im Raum aufgegeben wird, wenn sich erhöhte Anforderungen an das Gleichgewicht und die Steuerungsfähigkeit stellen, liegt es nahe, die Situation als Wagnis zu empfinden. Insofern ist das Wagen typisch für viele Bereiche des Sports, z. B. im Schwimmen, Tauchen und Springen, in Turnen, Klettern und Akrobatik, beim Balancieren, Gleiten und Fahren. Dabei hängt es von den individuellen Fähigkeiten und Erfahrungen ab, wo die Routine endet und das Wagnis beginnt.

Das Wagnis verbindet sich auch mit Erfahrungen im Umgang mit der Angst. Im Sport lässt sich unter dieser Perspektive lernen, einerseits Angst zu überwinden, andererseits aber auch zu seiner Angst zu stehen. Das Wagnis ist eine Grenzsituation, in der die Schwierigkeit der Aufgabe und die eigenen Fähigkeiten realistisch abzuschätzen und die Folgen für sich und andere verantwortlich zu kalkulieren sind. Der Schulsport bietet exemplarische Situationen, in denen diese Einschätzung unter erfahrener Anleitung erprobt werden kann. Damit stellt sich auch ein Bezug zu einer richtig verstandenen Sicherheitserziehung her: Diese kann nicht darin bestehen, alle möglichen Gefahrenmomente auszuschalten. Schülerinnen und Schüler sollten vielmehr lernen, Risiken zu erkennen, einzuschätzen und in gefährlichen Situationen angemessen zu handeln.

In vielen Situationen des Sports darf nur wagen, wer sich auch auf die anderen verlassen kann, die kooperieren, helfen oder sichern. Andererseits müssen auch diese wissen, was sie einander zutrauen können. Der Schulsport bietet die einzigartige Chance, gegenseitiges Vertrauen in gemeinsamen Wagnis-Situationen nicht nur zwischen Lehrkräften und Lernenden, sondern auch innerhalb der Lerngruppe zu fördern.

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Es ist eine grundlegende pädagogische Aufgabe aller Fächer, die Lern- und Leistungsbereitschaft zu fördern. Sie steht in engem Zusammenhang mit dem Üben. Schon Kinder sollten lernen, zu üben und konzentriert Aufgaben zu verfolgen. Auch im Sport gilt dies unter allen pädagogischen Perspektiven.

Der Sport eignet sich darüber hinaus in der Schule als Feld exemplarischer Leistungserziehung. Handlungen im Sport legen es nahe, als Leistungen bewertet und als ich-bedeutsam ausgelegt zu werden. Die Kriterien und Regeln, unter denen das geschieht, sind vergleichsweise leicht verständlich. Die typischerweise unmittelbare Rückmeldung über das Ergebnis macht im Sport die Erfahrung der eigenen Leistungsentwicklung, aber auch ihrer sozialen Bewertung besonders anschaulich.

Durch Leistungen im Sport können junge Menschen soziale Anerkennung und Selbstbewusstsein gewinnen; die Erfahrung, immer wieder hinter den Ergebnissen der anderen zurückzubleiben, kann das Selbstwertgefühl aber auch empfindlich beeinträchtigen. Die Gestaltung von Leistungssituationen im Sport ist daher eine pädagogisch verantwortungsvolle Aufgabe.

Zunächst geht es darum, dass alle Schülerinnen und Schüler immer wieder vielfältige, individuell angemessene Herausforderungen erhalten, Leistungen zu vollbringen und zu verbessern. Dabei hat die Erfahrung des individuellen Leistungsfortschritts pädagogisch Vorrang vor dem Vergleich mit anderen. Es gilt, das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten zu stärken und die Erfahrung zu vermitteln, was sich durch Anstrengung, Übung, Training und eine angemessene Lebensweise erreichen lässt.

Leistungserziehung ist aber auch eine Aufgabe sozialen Lernens; sie schließt ein, dass gelernt wird, mit den Empfindungen der anderen verständnisvoll umzugehen. Das gilt vor allem auch im koedukativen und im gemeinsamen Unterricht von Behinderten und Nichtbehinderten. Besonders zu fördern ist im Schulsport die Erfahrung gemeinsam erarbeiteter Leistung.

Weiterhin lässt sich gerade im Sport erkennen, dass Leistungen keine objektiven und absoluten Größen sind, sondern durch soziale Vereinbarungen und Vergleich ermittelt werden. Im Experimentieren mit Spiel- und Wettkampffregeln kann diese Einsicht entwicklungsgemäß gefördert werden.

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Verbreitet ist die Einschätzung, dass besonders in der jüngeren Generation die Verbindlichkeit sozialer Werte schwindet und abweichendes Verhalten, bis zur Ausübung von Gewalt, in allen Formen zunimmt. Vor diesem Hintergrund wird von der Schule erwartet, dass sie mehr Gewicht auf Erziehung legt, Anlässe für soziales Lernen schafft und soziale Verantwortung fördert.

Unter den Fächern der Schule hat Sport in dieser Hinsicht ein einzigartiges Potenzial. Im Sport als einem Spiegel der modernen, ausdifferenzierten Gesellschaft lassen sich Grundformen und -probleme des sozialen Miteinander in exemplarischer Verdichtung erfahren. Sport bietet dabei wie kein anderes Fach Anlässe, soziale Handlungsfähigkeit in Verbindung von praktischer Erfahrung und Reflexion weiterzuentwickeln.

Handeln im Sport steht typischerweise in unmittelbaren sozialen Bezügen. Im Sport kommen sich Menschen näher, Gemeinschaft kann intensiv erlebt und erfahren werden. Darin liegt ein Reiz des Sports, gerade auch für junge Menschen. Darauf beruhen im Schulsport spezifische Chancen, die Lerngruppe als Gemeinschaft zu erleben. Andererseits stellen die großen, heterogenen Gruppen im Sportunterricht hohe Anforderungen an die Verständigungsbereitschaft. Das gilt insbesondere für das Miteinander der Geschlechter im koedukativen Sportunterricht sowie für die Einbeziehung von Schülerinnen und Schülern mit sonderpädagogischem Förderbedarf.

Spezifische Herausforderungen bieten unter dieser Perspektive die regelgeleiteten Parteispiele in ihren vielfältigen Formen von Kleinen Spielen und Wettkampfvarianten bis zu den Sportspielen und Wettkämpfen nach den Reglements der Sportverbände. In ihren konkurrenzorientierten Situationen kann bei sportgerechtem Verhalten aller Beteiligten eine Handlungsdramatik entstehen, die als wertvolle Form des sozialen Miteinander erfahren wird. Die Spielfähigkeit, die der Schulsport fördern soll, schließt ein entsprechendes Regelbewusstsein und eine Orientierung an der Idee der Fairness ein.

Durch eine angemessene Gestaltung des Unterrichts sollen Schülerinnen und Schüler lernen, das soziale Miteinander in den typischen Situationen des Sports zunehmend selbstständig und verantwortungsvoll zu regeln. Anlässe dafür bieten alle sportlichen Aufgaben, die durch gemeinsames Handeln zu lösen sind, besonders wenn arbeitsteilig kooperiert wird. Das betrifft auch jene Maßnahmen, die Sport erst ermöglichen oder seinen Ablauf modifizieren: Spielflächen und Geräte herrichten, Rollen zuteilen, Gruppen bilden, Regeln vereinbaren, Sicherheitsvorkehrungen treffen usw. Es betrifft aber auch die gegenseitige Beratung und Hilfe beim Lernen, Üben und Trainieren.

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Gesundheit ist ein hoher individueller und gesellschaftlicher Wert. Sie zu sichern und zu fördern muss auch ein vorrangiges Anliegen der Schule sein. Wenn Gesundheits-erziehung verhaltenswirksam werden soll, darf sie nicht nur aus Aufklärung beste- hen, sondern muss an praktisches Handeln und lebensweltliche Erfahrung an- knüpfen. Das ist im Schulsport in besonderer Weise möglich.

Bewegung, Spiel und Sport bieten wichtige Ressourcen zur Stabilisierung der Ge- sundheit, wenn sie gesundheitsgerecht und verantwortungsvoll betrieben werden: Der Sport kann einen Beitrag dazu leisten, die körperliche Leistungsfähigkeit und die psycho-physische Belastbarkeit zu verbessern. Im sportlichen Handeln können da- rüber hinaus körperliche Anstrengung und Regeneration erfahren und in ihrer Be- deutung für die Gesundheit eingeordnet werden; Körperreaktionen können wahrge- nommen und gedeutet, emotionale Stabilität kann aufgebaut und soziale Integration erlebt werden. Im Sportunterricht sollte das von der Grundschule an zum Thema wer- den.

Sport ist aber auch ein Feld mit eigenen gesundheitlichen Risiken. Deshalb ist es eine Aufgabe des Sportunterrichts, Schülerinnen und Schüler zu befähigen, einen nach Art und Maß individuell angemessenen Sport zu finden. Damit ist Gesundheits- erziehung im Schulsport mehr als die Förderung gesundheitlich bedeutsamer Para- meter durch präventives Training. Es geht unter dieser Perspektive auch darum, Er- fahrungen zu sichern, wie sich gesundheitsgefährdende Stressoren abbauen las- sen, und Kompetenzen zu vermitteln, die ein regelmäßiges gesundheitsgerechtes Sporttreiben in eigener Verantwortung ermöglichen.

Gesundheitliche Vorsorge ist allerdings für Kinder und Jugendliche kein wirksamer Antrieb zu sportlicher Aktivität. Deshalb haben gesundheitserzieherische Ansätze im Schulsport nur dann eine Chance, wenn sie an die Erfahrungen der Heranwach- senden anknüpfen und den Anschluss an Interessen und Betroffenheit der Schüle- rinnen und Schüler finden.

Auch junge Menschen, deren Gesundheit in der Regel nicht in Frage gestellt ist, kön- nen Sinn darin sehen, ihre Fitness zu verbessern, sich mit ihrem Körper auseinan- der zu setzen und ihn durch Training zu verändern. Es kann ihr Interesse finden, ihre sportliche Aktivität unter gesundheitlichen Gesichtspunkten zu beurteilen und, wenn angezeigt, zu korrigieren. Erst recht können gesundheitserzieherische Zielsetzungen für Schülerinnen und Schüler bedeutsam werden, die bereits gesundheitlich ge- fährdet sind und deren Prognose durch regelmäßige Bewegung verbessert werden könnte.

Das pädagogisch Bedeutsame, das hier jeweils unter einer Perspektive beschrie- ben wurde, ereignet sich nicht von selbst bei beliebigen sportlichen Aktivitäten; es muss vielmehr durch eine entsprechende Auswahl der Inhalte und eine geeignete Gestaltung des Unterrichts gestützt oder hervorgehoben werden. Die Inhalte aus dem weiten Gebiet der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur können auf unter- schiedliche Weise zum Thema werden. Die Perspektiven verweisen auf die pädago- gisch unverzichtbare Vielfalt von Thematisierungen des Sports in der Schule.

Sport ist, unter jeder pädagogischen Perspektive betrachtet, ambivalent. Das heißt: Die Entwicklungschancen, die im Sport liegen, können nicht nur verfehlt werden; ihnen stehen auch Gefahren gegenüber. Daraus ergeben sich Hinweise für eine pädagogisch verantwortliche Gestaltung des Sports in der Schule. Der Schulsport soll ein Modell humanen Sports sein.

Aus jeder pädagogischen Perspektive ergeben sich auch Kriterien, unter denen bereits Kinder und Jugendliche lernen sollten, ihr Handeln im Sport und ihren Umgang mit dem eigenen Körper in zunehmender Selbstständigkeit und Selbstverantwortung zu entwickeln. Indem der Schulsport dazu beiträgt, gewinnt er erzieherische Qualität.

1.3 Beiträge des Schulsports zu überfachlichen Aufgaben der Schule

Die pädagogischen Perspektiven sind mit dem Blick auf die spezifische Zuständigkeit des schulischen Aufgabenbereichs Sport formuliert. Der allgemeine Erziehungs- und Bildungsauftrag der Schule enthält jedoch auch Aufgaben, für die nicht ein einzelnes Fach zuständig sein kann. Dabei gehen die fachspezifischen pädagogischen Perspektiven und die fächerübergreifenden Beiträge zum Teil ineinander über. Insbesondere zu folgenden gegenwärtig bedeutsamen überfachlichen Erziehungsaufgaben kann der Schulsport einen besonderen Beitrag leisten: Gesundheitsförderung, Sicherheitserziehung, Verkehrserziehung, reflexive Koedukation, gemeinsamer Unterricht, interkulturelle Erziehung, Umwelterziehung, politische Bildung, ästhetische Erziehung und Medienerziehung.

2 Inhaltsbereiche des Schulsports

2.1 Auswahl und Gliederung der Inhaltsbereiche

Die pädagogischen Perspektiven verwirklichen sich im Schulsport an ausgewählten Inhalten. Diese verstehen sich vorrangig als ein Spektrum vielfältiger Bewegungshandlungen. Sie schließen Kenntnisse und Einsichten ein, deren Erwerb das Lernen im Schulsport begleitet.

Für die folgende Systematisierung wird die umfassende Bezeichnung *Inhaltsbereiche* benutzt. Auswahl und Zuschnitt der Inhaltsbereiche setzen pragmatisch an. Einerseits wird Bewährtes aus dem traditionellen Inhaltskanon des Schulsports aufgegriffen, aber es wird pädagogisch neu gewichtet und teilweise neu geordnet. Andererseits werden neue Inhalte einbezogen.

Folgende zehn Bereiche stecken das Spektrum der Inhalte des Schulsports ab (vgl. Abb. 1). Die Inhaltsbereiche 1 und 2 *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* und *Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen* sind als sportbereichsübergreifende Bewegungsfelder von grundlegender Bedeutung für die Entwicklungsförderung durch Bewegung und schaffen damit auch Voraussetzungen für die Arbeit in den Inhaltsbereichen 3 bis 9. Themen in diesen beiden Bewegungsfeldern können den Unterricht eigenständig bestimmen; sie können aber auch in die Lernprozesse der Inhaltsbereiche 3 bis 9 einbezogen werden.



Abb. 1: Inhaltsbereiche des Schulsports

Die Inhaltsbereiche 3 bis 9 tragen zweiteilige Überschriften. Der erste Teil (z. B. „Laufen, Springen, Werfen“) steht für ein Bewegungsfeld, das sich durch seine typischen Bewegungsanforderungen, Handlungsstrukturen, Erlebnisgehalte, sozialen Bezüge und Umgebungsbedingungen beschreiben und von anderen abgrenzen lässt. Nach dem Gedankenstrich sind Sportbereiche und Sportarten aufgeführt, die diesem Bewegungsfeld zuzuordnen sind. Durch diese Formulierung soll die didaktische Notwendigkeit unterstrichen werden, im Schulsport einerseits den Bezug zu den außerschulisch verbreiteten Sportarten zu suchen, andererseits deren Grenzen immer wieder zu überschreiten. Bei der Systematisierung der Inhaltsbereiche sind Überschneidungen unvermeidlich; sie sind allerdings eher dienlich als hinderlich, wenn sie im Rahmen didaktischer Planungen produktiv genutzt werden.

Der 10. Inhaltsbereich umschließt die im Schulsport zu erwerbenden wesentlichen Kenntnisse und Einsichten. Sie sind eng an die Inhaltsbereiche 1 bis 9 gebunden und unterstützen das kompetente Sportlernen und Sporttreiben der Schülerinnen und Schüler. Sie beziehen sich auch auf grundlegende Fragen des Sports, die sich unter allen pädagogischen Perspektiven und der überfachlichen Aufgaben der Schule stellen, und können damit die Entwicklung begründeter Einstellungen und Werthaltungen unterstützen.

2.2 Beschreibung der Inhaltsbereiche

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (Inhaltsbereich 1)

In diesen Inhaltsbereich gehören Aufgaben, in denen die differenzierte Wahrnehmung des eigenen Körpers, seiner Aktionsmöglichkeiten und -grenzen und deren Veränderbarkeit zum Thema werden. Dies ist insbesondere bei solchen Aufgaben der Fall, in denen es um die Auseinandersetzung mit konditionellen und koordinativen Fähigkeiten sowie den Wechsel von Spannung und Entspannung geht. Die Bewegungsanlässe dieses Inhaltsbereichs legen die Konzentration auf die individuelle Bewegungsausführung besonders nahe. Dies gilt für eine Fülle von Herausforderungen an Koordination und Mobilisation zur Stärkung von Bewegungssicherheit und Haltungsaufbau. Darüber hinaus bezieht dieser Inhaltsbereich die erprobende Auseinandersetzung mit konditionellen Belastungen sowie die Entwicklung von Erfahrungen und Kenntnissen für die selbstständige Verbesserung allgemeiner konditioneller Voraussetzungen ein; dies gilt auch für ein verantwortungsvolles Fitnesstraining und schließt die kritische Bewertung von Körper- und Fitnessidealen ein. Funktionsgymnastik und die Vermittlung von Einsichten und Verhaltensgewohnheiten für ein funktionsgerechtes Bewegen im Alltag gehören ebenfalls zum Spektrum möglicher Inhalte dieses Bereichs.

Dieser Inhaltsbereich bietet damit vielfältige Chancen, sich mit dem eigenen Körper auseinander zu setzen, ihn zu formen und zu bilden. Schülerinnen und Schüler sollen ihren Körper in seiner Einzigartigkeit und Veränderbarkeit begreifen und lernen, mit ihm verantwortungsvoll als Teil ihrer selbst umzugehen. Solche Erfahrungen und Kompetenzen sind für alle Schulstufen und Schulformen wichtig und für alle anderen Inhaltsbereiche grundlegend. Sie müssen einerseits zu einem eigenständigen Anliegen des Sportunterrichts gemacht, andererseits aber auch in den weiteren Inhaltsbereichen immer wieder aufgegriffen und erweitert werden.

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (Inhaltsbereich 2)

In diesem Inhaltsbereich erfahren und begreifen Schülerinnen und Schüler, wie sie selbst Spielideen entwickeln und gestalten können. Hier werden Spiele nachgeahmt, nachgespielt und gestaltet, spielhafte Situationen erlebt sowie eigene Spiele erfunden. Vor allem sollen die Schülerinnen und Schüler dahin geführt werden, ein für alle gelingendes Spielen zu gestalten und aufrecht zu erhalten. Spielverläufe fordern die Schülerinnen und Schüler ständig zwischen den Polen Geschlossenheit und Offenheit, Regelmäßigkeit und Ungeregeltheit heraus. Durch die Gestaltung ihrer Spiel-Umwelt lernen die Spielenden viel über sich selbst, vor allem auch über ihre kreativen und sozialen Fähigkeiten.

In diesem Inhaltsbereich geht es also nicht nur um spielerisches Lernen, das auch in der unterrichtlichen Begegnung mit den übrigen Bewegungsfeldern und Sportbereichen seinen Platz hat, und auch nicht um das Lernen und Üben von Sportspielen (vgl. Inhaltsbereich 7). Gerade hier hat das Spielen seinen Sinn in sich selbst und stellt ein Stück erfüllte Gegenwart dar.

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (Inhaltsbereich 3)

Laufen, Springen und Werfen sind Grundformen menschlicher Bewegung und zugleich Basis vieler sportlicher Aktivitäten. Schnell laufen, hoch und weit springen, weit werfen zu können ist schon für Kinder und noch für Jugendliche ein Erlebnis und eine Herausforderung, insbesondere auch in natürlichen Bewegungsräumen. In der Leichtathletik sind daraus normierte Wettkampfdisziplinen geworden. Typisch für dieses Bewegungsfeld sind koordinativ-rhythmische Anforderungen bei der Ausbildung allgemeiner Lauf-, Sprung- und Wurfgeschicklichkeit. Eine weitere Anforderungsdimension stellen konditionell-athletische Fähigkeiten dar, die insbesondere beim ausdauernden Gehen und Laufen benötigt werden. Ein dritter Bereich von Anforderungen stellt sich durch koordinativ-technische Aufgaben, die sich als schnelles Laufen, als weites bzw. hohes Springen oder als weites Werfen und Stoßen darstellen.

Die pädagogische Bedeutung leichtathletischen Handelns wird besonders durch die Tatsache geprägt, dass hier der Einzelne und sein Körper in besonderer Weise in den Mittelpunkt rücken. So erfährt man sich und seinen Körper umfassend in psychophysischen Dimensionen wie Anpassung/Belastung, Spannung/Entspannung oder Kräftemobilisation/Leistungsfähigkeit. Das Streben nach Verbesserung des eigenen Könnens und der persönliche Umgang mit Erfolg und Misserfolg sind in diesem Sportbereich nachdrücklich zu erleben und zu gestalten.

Bewegen im Wasser – Schwimmen (Inhaltsbereich 4)

In diesem Inhaltsbereich soll den Schülerinnen und Schülern das Element Wasser als Bewegungsraum nahe gebracht werden. Schwimmen zu können stärkt das Selbstwertgefühl, erschließt vielfältige Sportarten und hat gesundheitsfördernde, unter Umständen sogar lebensrettende, Bedeutung bis ins hohe Alter. Deshalb ist es notwendig, dass alle Schülerinnen und Schüler Schwimmen lernen und sich sicher und gern im Wasser bewegen. Die möglichen Bewegungsaktivitäten umfassen ne-

ben den verschiedenen Formen des Schwimmens, Tauchens, Springens und Rettungsschwimmens auch vielfältige Formen des Spielens und der Wasser-Gymnastik.

Dieses Bewegungsfeld bietet für Schülerinnen und Schüler besondere Möglichkeiten, Bewegungserlebnisse und Körpererfahrungen zu erweitern, Gesundheit und Fitness zu erhalten bzw. zu verbessern sowie Leistungsfortschritte unmittelbar zu erfahren. Schwerpunkte der pädagogischen Aufbereitung dieses Inhaltsbereichs sind das Entdecken der Bewegungsvielfalt im Wasser, das Erlernen sportartspezifischer Techniken, das Verbessern von Bewegungsqualität und das Gestalten von Bewegung.

Bewegen an Geräten – Turnen (Inhaltsbereich 5)

In diesem Inhaltsbereich eröffnen sich den Schülerinnen und Schülern vielfältige zum Teil außerhalb der Schule kaum gegebene Handlungs- und Erfahrungsmöglichkeiten. Hierzu gehören ungewöhnliche Körperlagen im Raum, z. B. beim Hängen, Handstehen, Rollen oder Überschlagen, das Spielen mit der Schwerkraft und dem Gleichgewicht, z. B. beim Balancieren oder bei der Akrobatik, das Erfahren der Höhe, z. B. beim Klimmen und Klettern, sowie des Fliegens, z. B. beim Schwingen, Schaukeln, Springen. Somit bietet das Sich-Bewegen an Geräten für Schülerinnen und Schüler besondere Anreize, Bewegungsgefühl und Bewegungserlebnisse zu entdecken und zu erweitern, Risiken abzuwägen, Angst zu äußern und zu bewältigen, sowie bewegungstechnisches Können zu entwickeln und Körperbeherrschung zu erfahren und dabei auch gemeinsam zu handeln (z. B. miteinander turnen, helfen, sichern, korrigieren).

Schwerpunkte der pädagogischen Erschließung dieses Inhaltsbereichs sind das Finden von Bewegungen, das Erarbeiten von turntechnischen Bewegungsformen und akrobatischen Elementen, das Verbessern von Bewegungsqualität sowie die kreative Auseinandersetzung mit Bewegungsformen, Geräten und Bewegungssituationen.

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (Inhaltsbereich 6)

Dieser Inhaltsbereich bietet in besonderer Weise Anlässe zum gestalterisch-kreativen Bewegungshandeln. Ausgehend vom explorierenden Umgang mit der Vielfalt von Bewegungsgrundformen und ihren rhythmischen, räumlichen und dynamischen Variationen kann hier die Wahrnehmungsfähigkeit differenziert herausgefordert und mit gestalterischen Erfahrungen verknüpft werden. Miteinander zu tanzen oder gemeinsam Partner- oder Gruppengestaltungen zu entwickeln, kann darüber hinaus die Erfahrung erschließen, in einem nicht-kompetitiven Bereich gemeinsam zu handeln und sich zu verständigen.

In diesem Inhaltsbereich geht es um das Erlernen und phantasievolle Finden von Bewegungsformen und ihren Verbindungen, sowie von Bewegungskunststücken, wie z. B. Jonglage oder Rope-Skipping, aber auch um das Üben und Verbessern von Bewegungssicherheit und Bewegungsqualität. Dies kann in manchen Fällen bis hin

zur Beherrschung hoher Schwierigkeiten und ihrer Präsentation führen. Das Erleben des stimmigen Zusammenklangs von Bewegung und Rhythmus/Musik, das „Sich-ausdrücken“ und Darstellen sowie das Improvisieren und Komponieren in und mit Bewegung runden das Spektrum pädagogisch bedeutsamer Erfahrungsmöglichkeiten ab. Die mit diesem Inhaltsbereich angesprochenen Möglichkeiten für kreatives Bewegungshandeln bieten ein Entfaltungsfeld für beide Geschlechter und dürfen Jungen nicht vorenthalten werden.

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Inhaltsbereich 7)

Dieser Inhaltsbereich umfasst die als Sportspiele geläufigen Partner- und Mannschaftsspiele einschließlich ihrer Vorformen. Das mögliche Spektrum umschließt vielfältige Formen von Tor- und Malspielen, Rückschlagspielen und Schlagballspielen. Spiele im hier gemeinten Sinn sind durch spezifische Spielgeräte, eine vorgegebene Spielidee und ein historisch gewachsenes Regelwerk charakterisiert. Sportspiele erfordern von den Schülerinnen und Schülern Kompetenzen für ein gelingendes Spielen in strukturierten Spielhandlungen unterschiedlicher Komplexität. Für die Bewältigung der komplexen Sportspielsituationen ist der Erwerb spielbezogener Wahrnehmungs-, Entscheidungs- und Handlungsmuster sowie angemessener konditioneller, technischer und taktischer Grundlagen eine wesentliche Voraussetzung. Ebenso stellt der Umgang mit verschiedenen Zielsetzungen, Regeln, Rahmenbedingungen und situativen Veränderungen von Sportspielen ein wichtiges Themenfeld dieses Inhaltsbereichs dar.

Das Handeln in den Sportspielen ist einerseits in hohem Maße durch differenzierte Regelvorschriften, strategische Festlegungen und motorische Standards charakterisiert. Diese Forderungen zielen auf Kalkulierbarkeit und Stabilität des Spielverhaltens. Andererseits gelingt hier erfolgreiches Agieren erst durch flexibles und kreatives Spiel. Im Ausbalancieren dieser Herausforderungen bei möglichst konfliktarmer, sozial gelingender Kommunikation unter den Spielbeteiligten halten gerade die Sportspiele bedeutsame Erfahrungen bereit.

Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport (Inhaltsbereich 8)

Gleichgewichtsfähigkeit ist in vielen Bereichen des Sports grundlegend. In diesem Inhaltsbereich steht das Gleichgewicht in besonderer Weise im Mittelpunkt. Rad, Kufe und Schwimmkörper erschließen vielfältige Bewegungsvariationen. Dabei stellen sich typischerweise zugleich besondere Anforderungen an das dynamische Gleichgewicht und die Bewegungssteuerung. Dieser Inhaltsbereich legt es besonders nahe, Bewegungen sowohl als Wagnisse wie auch als Kunststücke zu erfahren und zu gestalten. Darauf beruht die Attraktivität immer wieder neuer Entwicklungen wie Inline-Skating, Rollbrett-Fahren, Snowboarden. Ist die Grundform beherrscht, bieten sich viele Techniken dieses Bereichs, z. B. Skilaufen, Radfahren, Rudern, auch als Ausdauersport, an.

Die Wahrnehmungsfähigkeit, insbesondere im Zusammenwirken mehrerer Sinne, und das ästhetische Spiel mit Bewegungsideen werden in diesem Inhaltsbereich besonders angesprochen. Für das erprobende, spielerische Erlernen und das eigenständige Variieren von Bewegungen unter verschiedenen Geländebedingungen bie-

ten sich reichhaltige Möglichkeiten. Vor allem außerhalb normierter Sportstätten lassen sich Naturerlebnisse vermitteln und Anlässe für die Umwelterziehung aufgreifen. Die Erziehung zu sicherheitsbewusstem und verantwortlichem Umgang mit Partnerinnen bzw. Partnern und Material hat in diesem Bewegungsfeld eine hohe Bedeutung.

Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (Inhaltsbereich 9)

In diesem Inhaltsbereich geht es um Erfahrungen des Kräftemessens bei gleichzeitigem Erleben von Fairness und verantwortlichem Handeln gegenüber anderen, was sich deutlich von bedrohlichen Situationen des Schlagens, Stoßens und Trezens sowie von der praktischen Anleitung zur bewussten Verletzung von Menschen unterscheidet. Der unmittelbare Körperkontakt, das Sich-Anfassen und Sich-Spüren ermöglichen wichtige Erfahrungen des Miteinander im Gegeneinander und können eine besondere Vertrautheit schaffen. Die Beherrschung von Emotionen (Selbstdisziplin, Aggressionskontrolle) und die Sorge um die körperliche Unversehrtheit der Partnerin oder des Partners müssen das Kräftemessen steuern. Unter dem Aspekt der Fürsorge und Verletzlichkeit gilt es, die unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen und Fertigkeiten wie auch die psychischen Dispositionen der Schülerinnen und Schüler besonders zu beachten.

Das Spektrum dieses Inhaltsbereichs beschränkt sich daher im Schulsport auf die Ring- und Kampfspiele ohne direkten Körperkontakt (z. B. Tauziehen, Medizinball-schieben, Medizinballziehen) und mit Körperkontakt am Boden und im Stand (z. B. Bodenkampf, Bodenrugby, Schildkrötenwenden, Sitzringkampf, Zieh- und Schiebespiele, Reiterkämpfe, Gleichgewichtskämpfe, Hahnenkampf, Randori) sowie einige normierte Formen des Zweikampfsports (z. B. Aikido, Judo, Fechten).¹⁾ Weitere Schwerpunkte der pädagogischen Aufbereitung dieses Inhaltsbereichs sind die Kräfteprobung sowie das schnelle Reagieren und Einstellen auf das „Angreifen und Täuschen“ bzw. das komplementäre „Abwehren und Ausweichen“ oder das „Treffer erzielen und Treffer verhindern“.

Wissen erwerben und Sport begreifen (Inhaltsbereich 10)

Das Lernen, Erleben und Erfahren von Bewegung, Spiel und Sport in der Schule kann letztlich nur dann seine pädagogischen Möglichkeiten voll entfalten, wenn die Lernenden auch ein angemessenes Wissen von dem haben, was sie da tun und warum sie dies so ausführen oder erarbeiten. Deshalb muss auch das Lernen und Handeln im Sport von einer altersgemäßen, tendenziell zunehmenden Bewusstheit des Lernens geprägt sein. Dieser Grundsatz gilt insbesondere für ein Schulsportkonzept, das Erfahrungen mit Bewegung, Spiel und Sport mehrperspektivisch vermitteln und die Schülerinnen und Schüler dahin führen will, diesen Bereich in die eigene Lebensgestaltung einzubeziehen.

Inhalt dieses Bereichs ist das weite Feld des für den Schulsport relevanten sportbezogenen Wissens. Kenntnisse von Regeln, Spielideen, Bewegungsstrukturen und Lernwegen sollen zu einem besseren Verständnis und Gelingen des Bewegungs-

¹⁾ Boxen gehört nicht zu den Schulsportarten.

vollzuges verhelfen. Vertiefte Sachzusammenhänge über Aufbau, Ablauf und Gestaltung der sportlichen Bewegung führen hin zu Grundlagen des Übens, Trainierens, Variierens und Kommunizierens im Sport und leitet auch zur Auseinandersetzung mit wissenschaftlichem Wissen an. Das Reflektieren und Einordnen von Lernerfahrungen sowie die Auseinandersetzung mit Sport zielen ab auf die Verständigung über den Sinn des eigenen Tuns und des Sports im Allgemeinen.

2.3 Verbindlichkeiten für den Sportunterricht auf der Inhaltsebene

Der Schulsport muss Erfahrungen und Kompetenzen in allen zehn Inhaltsbereichen erschließen und vermitteln. Die Inhaltsbereiche 1 und 2 werden in den Lehrplänen für das Fach Sport aller Schulformen verbindlich ausgelegt. In den Schulformen der Primarstufe und der Sekundarstufe I sind auch die Inhaltsbereiche 3 bis 10 verbindlich. Die Schulformen der Sekundarstufe II treffen in ihren Lehrplänen eine akzentuierende Auswahl aus den Inhaltsbereichen. Weitergehende Regelungen über die Verbindlichkeiten in den jeweiligen Inhaltsbereichen werden in den Lehrplänen für das Fach Sport der verschiedenen Schulformen getroffen. Generell gilt, dass sich diese Aussagen zur Verbindlichkeit der Inhaltsbereiche ausschließlich auf den obligatorischen Sportunterricht laut Stundentafel beziehen. Das Inhaltsspektrum kann in der Verantwortung der einzelnen Schule im außerunterrichtlichen Schulsport (vgl. Kapitel 3.2 und 4.2) ausgeweitet werden. Aber auch im Pflichtunterricht können, z. B. je nach örtlichen Gegebenheiten, gelegentlich weitere Bewegungs- und Sportaktivitäten thematisiert werden. Eine generelle Aufnahme in den Pflichtunterricht ist jedoch nur auf Antrag bei der obersten Schulaufsichtsbehörde möglich.

3 Grundsätze pädagogischen Handelns im Schulsport

3.1 Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts

Ein pädagogisch orientierter Sportunterricht versteht sich als erziehender Unterricht, der mit Bezug auf die außerschulische Lebenswelt sowohl fachimmanente Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse vermitteln als auch Einstellungen und Haltungen anbahnen will, die für eine urteils- und handlungsfähige Teilnahme an sozialen und politischen Gestaltungsprozessen notwendig sind. Der Sport vermag – durchaus in enger Zusammenarbeit mit anderen Schulfächern – dazu einen unverwechselbaren Beitrag zu leisten, da er einen unmittelbar über den Körper und die Bewegung erfahrbaren Zugang zu individuellen und gesellschaftlich relevanten Problemen und Aufgaben bietet. In diesem Verständnis des erziehenden Unterrichts spiegelt sich der Doppelauftrag des Schulsports. Er wird durch die Berücksichtigung folgender Prinzipien des Lehrens und Lernens verwirklicht.

Mehrperspektivität

Die pädagogischen Perspektiven auf den Sport in der Schule lenken den Blick auf solche Aspekte der Sport- und Bewegungskultur, die die Entwicklung Heranwachsender in je spezifischer Weise fördern und ein vielseitiges Interesse wecken können. In diesem Kontext bedeutet Mehrperspektivität zum einen, im Rahmen der Schullaufbahn immer wieder alle Perspektiven auf den Sport zu berücksichtigen; damit werden der Blick auf das komplexe Phänomen Sport erweitert und zusätzliche Möglichkeiten des Umgangs mit Bewegung, Spiel und Sport erschlossen. Durch den Bezug auf mehrere Perspektiven soll erfahren werden, wie sportliche Aktivitäten mit unterschiedlichem Sinn belegt werden können und sich dadurch verändern. Mehrperspektivität im Sportunterricht soll weiterhin dazu anleiten, die in sportlichen Aktivitäten enthaltenen Ambivalenzen zu erkennen und zu reflektieren, beispielsweise im Hinblick auf positive und negative Auswirkungen im Zusammenhang mit Gesundheit. Unter dem Prinzip der Mehrperspektivität erfolgen also spezifische Akzentuierungen von Bewegung, Spiel und Sport, die vor allem den Schülerinnen und Schülern zur Sinnfindung für ihr sportliches Handeln dienen.

Erfahrungsorientierung und Handlungsorientierung

Lernen vollzieht sich vorrangig als Prozess der handelnden Auseinandersetzung des Menschen mit seiner Lebenswirklichkeit. Unterricht muss dabei von individuellen Erfahrungen und konkreten Lebenssituationen ausgehen, in denen Bewegung, Spiel und Sport für Heranwachsende von Bedeutung sind. Wenn sich Schülerinnen und Schüler als Subjekte ihres Lernprozesses in den Unterricht einbringen können, werden Motivation und Lernbereitschaft gefördert. Zugleich wird die Bereitschaft angeregt, sich neuen Erfahrungen zu stellen und sich mit ihnen auseinander zu setzen. Erfahrungen können vor allem durch eigenes Handeln gewonnen werden. Dies kann gerade der Sportunterricht in herausragender Weise verwirklichen, wenn durch entsprechende Freiräume Bereitschaft und Fähigkeit der Schülerinnen und Schüler gefördert werden, selbstständig neue Erkenntnisse und Einsichten zu gewinnen und in praktischen Handlungszusammenhängen zu erproben. Dabei eröffnet sich auch die

Chance zu erkennen, dass es geschlechtsspezifische Zugangsweisen zu Bewegung, Spiel und Sport gibt.

Reflexion

Wenn Erfahrungen und Handlungen für die Entwicklung des Menschen fruchtbar werden sollen, dann müssen sie durch Reflexion begleitet werden. Auf diesem Weg können das Erfahrene in die individuelle Lebenswelt eingeordnet, der Verstehenshorizont erweitert und Zusammenhänge erkannt werden. Reflexion bildet somit den Ausgangspunkt für eine selbstständige Urteilsbildung, die ihrerseits als Voraussetzung für Handeln in sozialer Verantwortung angesehen werden muss. Diese Verbindung von Erfahrung und Reflexion kennzeichnet z. B. reflexive Koedukation im Sportunterricht. Die Möglichkeit der phasenweisen Trennung von Jungen und Mädchen sollte, wo immer geboten, genutzt werden, um rollenspezifisches Problembewusstsein zu wecken und alternative Verhaltensmuster einzuüben. Das Prinzip Reflexion zeigt, dass erziehender Sportunterricht sich nicht in der Vermittlung praktischer Kompetenzen erschöpft. Vielmehr soll er dazu beitragen, erworbene Kenntnisse und Fertigkeiten in mündiger Teilnahme am Sport in unterschiedlichen lebensweltlichen Zusammenhängen zu verwenden und reflektiertes Handeln zu ermöglichen. Hier verbindet sich erziehender Unterricht mit dem Prinzip der Wissenschaftsorientierung des schulischen Unterrichts.

Verständigung

Der Schulsport soll Schülerinnen und Schüler dabei unterstützen, für ihr eigenes Leben eine selbst verantwortete Beziehung zu Bewegung, Spiel und Sport aufzubauen. Dieses Ziel lässt sich nur erreichen, wenn Verständigung ein Prinzip für die Gestaltung des Sportunterrichts ist. Das bedeutet zunächst, dass die Lehrkräfte Schülerinnen und Schüler entwicklungsgemäß und zunehmend an der Planung, Durchführung und Auswertung des Unterrichts beteiligen und sich mit ihnen über Sinn und Realisierung verständigen. Verständigung ist aber auch ein Prinzip, das für den Umgang der Schülerinnen und Schüler untereinander gelten sollte. Im Sportunterricht können sie einerseits gelungenes Miteinander erleben, andererseits mit Problemen und Konflikten im sozialen Miteinander konfrontiert werden. Zugleich kann die Erfahrung vermittelt werden, wie Konflikte in einem gemeinsamen Verständigungsprozess gelöst werden können. Dies betrifft insbesondere auch den koedukativen Sportunterricht.

Wertorientierung

Ein erziehender Sportunterricht ist wertorientiert. Er leitet an, sinnerfüllt an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur teilzunehmen, und fördert personale Identität auch über den Sport hinaus. Zugleich orientiert er sich an der Idee eines humanen Sports. Schülerinnen und Schüler sollen dahin geführt werden, die positiven Potenziale sportlicher Aktivität für sich zu entdecken und ihr Handeln an ihnen zu messen. Ausgangspunkte können dabei die für den Sport spezifischen, zuweilen ambivalenten Erfahrungen sein. Beispiele sind die Notwendigkeit und Schwierigkeit eines fairen Umgangs miteinander, die Befolgung von Regeln und die Einsicht in ihre Veränder-

barkeit, aber auch die Erfahrung, was Bewegung und körperliche Belastbarkeit für das Wohlbefinden bedeuten.

3.2 Außerunterrichtlicher Schulsport als pädagogisches Handlungsfeld

Die pädagogische Verantwortung für Bewegung, Spiel und Sport in der Schule ist nicht auf den Sportunterricht beschränkt, sie gilt prinzipiell auch für alle Formen des außerunterrichtlichen Schulsports (vgl. Kapitel 4). Dabei bieten die pädagogischen Perspektiven, das Spektrum der Inhaltsbereiche und die Prinzipien des erziehenden Unterrichts Orientierung. Gegenüber Erwartungen und Interessen, die von außerschulischen Gruppierungen an die Schule herangetragen werden, stellen sie einen pädagogischen Filter dar.

Außerunterrichtlicher Schulsport eröffnet den Schülerinnen und Schülern ihren individuellen Neigungen entsprechende Entfaltungsmöglichkeiten. Die verschiedenen Angebotsformen (vgl. Kapitel 4.2) können auf je unterschiedliche Weise die Erfahrung selbstbestimmter und sinnerfüllter sportlich-spielerischer Aktivität erschließen. Sie erlauben es, sich auf das Bewegen und Sporttreiben als gegenwartserfüllende Lebensform einzulassen, ohne an Teilnahmepflicht und Notengebung gebunden zu sein. Indem sie Chancen für eine freigewählte Zuwendung zu Bewegung, Spiel und Sport eröffnen, gewinnen sie eine wichtige über den Sportunterricht hinausweisende pädagogische Bedeutung.

Der außerunterrichtliche Schulsport bietet vielfältige Chancen einer Öffnung der Schule zum Schulumfeld. Die dabei nahe liegende Zusammenarbeit mit außerschulischen Partnern trägt zu einer weiteren Ausprägung des Schulprofils jeder Schule bei. Kontakte mit Nachbarschulen, Sportvereinen und -verbänden, Einrichtungen und Trägern der Jugendarbeit sowie weiteren öffentlichen und privaten Sport- und Bewegungsanbietern ermöglichen gemeinsame Sportaktivitäten innerhalb und außerhalb der Schule. In diesem Sinne schlägt der außerunterrichtliche Schulsport eine Brücke zum außerschulischen Sport. Der außerunterrichtliche Schulsport ist zudem besonders geeignet, Schülerinnen und Schüler schon sehr früh an die Übernahme von Verantwortung heranzuführen. Sie sind deshalb in geeigneter Form an der Planung und Organisation außerunterrichtlicher Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote zu beteiligen.

4 Bewegung, Spiel und Sport im Schulleben und im Schulprogramm

4.1 Struktureller Rahmen für Bewegung, Spiel und Sport in der Schule

Der für alle Schülerinnen und Schüler verbindliche Sportunterricht (das Fach Sport) ist das Zentrum der schulischen Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung. Hier werden notwendige Impulse für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen gegeben und Grundlagen für deren Teilnahme am Bewegungsleben und am Sport in unserer Gesellschaft geschaffen. In einigen Schulformen haben Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, Sport zusätzlich zum Basissportunterricht als Wahlpflichtunterricht zu belegen und damit vertiefende Erfahrungen zu machen bzw. einen Schwerpunkt ihrer Schullaufbahn zu bestimmen. Eine besondere Form des Sportunterrichts ist der Sportförderunterricht als zusätzliche unterrichtliche Veranstaltung für Kinder und Jugendliche mit psychomotorischem Förderbedarf. Im Bereich der sonderpädagogischen Förderung bestehen Bezüge zwischen dem Sportunterricht und verschiedenen Formen von Bewegungsförderung als Therapie (z. B. Ergotherapie, Therapeutisches Reiten).

Neben dem Sportunterricht bildet der außerunterrichtliche Schulsport einen weiteren wesentlichen Bestandteil der schulischen Bewegungs-, Spiel- und Sporterziehung. Hierzu gehören der Pausensport, die Schulsportgemeinschaften, die Schulsportfeste bzw. der Sport im Rahmen von Schulfesten, Schulsportwettkämpfe sowie Sporttage und Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt (vgl. Kapitel 4.2).

Sportunterricht und außerunterrichtlicher Schulsport bilden gemeinsam den Aufgabenbereich Schulsport. Bewegung ist jedoch nicht nur eine Aufgabe des Schulsports. Aus lernbiologischen Gründen sind neben dem Schulsport weitere Bewegungsaktivitäten zur Rhythmisierung des Lebens und Lernens in der Schule notwendig. Hierzu gehören z. B. regelmäßige Bewegungszeiten an Tagen ohne Sportunterricht sowie spontane Bewegungs- und Entspannungszeiten in den anderen Fächern bzw. Lernbereichen. Über den engeren fachlichen Rahmen hinaus weisen auch die Beiträge des Schulsports zum fächerübergreifenden Lernen und zur Gestaltung des Schullebens. In Nordrhein-Westfalen steht hierfür die Idee „Bewegungsfreudige Schule“.

4.2 Angebotsformen des außerunterrichtlichen Schulsports

Der außerunterrichtliche Schulsport bildet in allen Schulformen neben dem Sportunterricht die zweite Säule des Schulsports (vgl. Kapitel 4.1). Er hat inzwischen mit seinen vielfältigen Formen eine Tradition entfaltet, an die es in den pädagogischen Intentionen und in den Begrifflichkeiten anzuknüpfen gilt. Im Folgenden werden die wesentlichen Formen des außerunterrichtlichen Schulsports näher erläutert.

Pausensport

Pausen sind ein wichtiges rhythmisierendes Element im Lern- und Lebensraum Schule. Durch einen sinnvollen Wechsel von Pausen und Unterricht erhalten die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit, den unterrichtsfreien Zeitraum nach ihren Bedürfnissen individuell zu gestalten. Pausen laden sowohl zu Bewegungsakti-

vitäten ein als auch zu Ruhe und Entspannung. Entsprechend den konkreten Gegebenheiten des Schulstandortes sollte jede Schule ein Pausensportkonzept entwickeln, das diesen Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler gerecht wird: Das Schulgelände und Schulgebäude wird mit Bewegungsbereichen und Ruhezeiten ausgestattet. Einzelne Zonen können z. B. für jüngere Schülerinnen und Schüler, für Mädchen oder Jungen reserviert werden. Die Nutzung der Sporthalle sollte ermöglicht werden, vor allem in der Mittagspause in Ganztagschulen. Erforderliche Spiel- und Sportgeräte für die Bewegungsaktivitäten in den Pausen können in den Klassen aufbewahrt oder zentral ausgegeben werden.

Schulsportgemeinschaften

Schulsportgemeinschaften gehen vor allem von den Interessen und den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler aus. Sie wecken die Neugier für neue Bewegungsaktivitäten und Sportarten, vertiefen im Unterricht bereits behandelte Sportbereiche oder bereiten auf schulische Wettkämpfe vor (Allgemeine Schulsportgemeinschaften). Sportliche Talente unter den Schülerinnen und Schülern erfahren durch Arbeitsgemeinschaften eine besondere Förderung (Talentsichtungs-/Talentfördergruppen). Im Rahmen des Kompensatorischen Sports in der Schule werden in Schulsportgemeinschaften gezielt Kinder und Jugendliche mit besonderem psychomotorischen Förderbedarf angesprochen (Förder- und Fitnessgruppen). Unter pädagogischen und organisatorischen Gesichtspunkten ist zu entscheiden, ob Schulsportgemeinschaften altersstufenspezifisch oder jahrgangsübergreifend, koedukativ oder geschlechtshomogen, schulintern oder schulübergreifend angeboten werden.

Schulsportfeste/Sport im Rahmen von Schulfesten

Schulsportfeste setzen Akzente im Schulleben und fördern die Zusammenarbeit und Gemeinschaft von Schülerinnen und Schülern, Lehrerinnen und Lehrern, Eltern und beteiligten außerschulischen Partnern. Sie sollten durch eine festliche Ausgestaltung gekennzeichnet sein, einen hohen Aufforderungscharakter für alle Schülerinnen und Schüler haben und aus der gemeinsamen schulischen Arbeit aller Beteiligten erwachsen. Schulsportfeste werden unter verschiedenen Zielorientierungen gestaltet und zählen häufig zu den schulkulturellen Höhepunkten im Schuljahr. Kreativ entwickelte Bewegungs- und Spielformen können bei diesen Festen genauso im Mittelpunkt stehen wie interessante und vielfältige Ausgestaltungen der Bundesjugendspiele oder auch Wettkampfformen nach festem Reglement.

In Zusammenarbeit mit anderen Fächern und Lernbereichen leistet der Schulsport einen Beitrag zur Gestaltung von Schulfesten, die von Jahrgangs- und Monatsfeiern über Eröffnungs- und Abschlussfeiern bis hin zu großen öffentlichkeitswirksamen Schulfesten reichen. In diesem Zusammenhang können auch Aufführungen, die die Schulöffentlichkeit von der Elternschaft bis zum weiteren kommunalen Umfeld der Schule ansprechen, durch Darbietungen aus dem weiten Bereich von Bewegung, Spiel und Sport wesentlich bereichert werden.

Schulsportwettkämpfe

Die besonderen Erfahrungen und pädagogischen Möglichkeiten, die in der Wettkampfteilnahme liegen, sollten allen Schülerinnen und Schülern unabhängig von ih-

rer sportlichen Leistungsstärke offen stehen und erschlossen werden. Dabei sind Wettkampfformen in ihrer ganzen Vielfalt von Einzelwettkämpfen, über Mehrkämpfe bis hin zu Gruppenwettkämpfen zu berücksichtigen. Schulsportwettkämpfe sollten sich zudem durch einen festlichen Charakter auszeichnen. Ausgehend von den Wünschen und Anregungen der Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer sowie der Eltern und außerschulischen Partner wird das Schulleben durch vielfältige Wettkampfveranstaltungen auf der Ebene der einzelnen Schule aber auch zwischen mehreren Schulen wesentlich bereichert. Dabei ist insbesondere der Bezug zum lokalen Sportumfeld von wesentlicher Bedeutung für alle Beteiligten. In die Planung und Durchführung einmaliger oder regelmäßiger Veranstaltungen sollten vor allem Schülerinnen und Schüler auf allen Ebenen einbezogen werden. Mit seinen vielfältigen Wettkampfangeboten stellt das Landessportfest der Schulen eine besondere Wettkampfform dar, die als eine offene Meisterschaft aller Schulformen – von der lokalen Ebene über die Regionalebene bis zur Landesebene aufsteigend – organisiert wird.

Schulsporttage/Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt

Schulsporttage und Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt bieten Möglichkeiten, die Schülerinnen und Schüler mit Formen des Sporttreibens bekannt zu machen, die sie im Unterricht oder in sonstigen schulsportlichen Veranstaltungen z. B. aus zeitlichen und räumlichen Gründen nicht kennen lernen und betreiben können. Die außerunterrichtlichen Aktivitäten reichen hier von eintägigen Sporttagen einer Klasse, Jahrgangsstufe oder Schule über mehrtägige Kompaktkurse, die einen sportlichen Schwerpunkt setzen bis hin zu längeren Schulfahrten, in die Sportaktivitäten integriert sind.

Schulsporttage und Schulfahrten ermöglichen eine gegenüber dem Schulalltag andere Rhythmisierung von Sportaktivitäten, eine andere Form des sozialen Miteinanders und ein größeres Maß an Selbstorganisation durch die Schülerinnen und Schüler. Da bei derartigen Fahrten häufig Bewegungsaktivitäten in freier Natur im Mittelpunkt stehen, können Einblicke in ökologische Zusammenhänge gewonnen und ein Unterricht gestaltet werden, der die beiden Aspekte Natur erleben und Natur bewahren in Einklang bringt. Aufgrund dieser besonderen pädagogischen Möglichkeiten sollten alle Schülerinnen und Schüler in ihrer Schullaufbahn an Schulsporttagen und Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt teilnehmen.

4.3 Beiträge des Schulsports zum Schulprogramm

Sportlehrerinnen und Sportlehrer sind aufgrund ihrer fachlichen Kompetenz besonders gefordert, sich im Rahmen der schulischen Entwicklungsprozesse für die bewegungs- und sportbezogenen Anteile in der Schule einzusetzen. Im Rahmen der Schulprogrammentwicklung kommt ihnen die Aufgabe zu, Bewegung, Spiel und Sport als profilbildende Elemente im Lebensraum Schule zu verankern. Ihre Bemühungen zielen darauf ab, Aspekte von Bewegung und Körperlichkeit auch über die unterrichtlichen und außerunterrichtlichen Angebote des Faches Sport hinaus zu thematisieren.

Impulse für eine bewegungsfreundliche Ausgestaltung des Schulprogramms können je nach den individuellen schulischen Bedingungen in verschiedenen Handlungsfeldern gesetzt werden. Im Bereich des verbindlichen Sportunterrichts gilt es, an fach- und klassenübergreifenden Entwicklungsvorhaben der Schule teilzunehmen. Der Sportunterricht kann hier zu wichtigen überfachlichen Erziehungsaufgaben der Schule einen besonderen Beitrag leisten (vgl. Kapitel 1.3). Die verschiedenen Angebotsformen des außerunterrichtlichen Schulsports können das Schulleben deutlich bereichern und zum außerschulischen Umfeld öffnen. Dabei sollten die außerunterrichtlichen Bewegungsangebote so gestaltet werden, dass sie den Interessen möglichst aller Schülerinnen und Schüler entgegenkommen (vgl. Kapitel 3.2 und Kapitel 4.2). Bewegungsgelegenheiten im Unterricht in anderen Schulfächern eröffnen z. B. die Möglichkeit, Bewegung als entspannendes Element und selbstverständlichen Bestandteil des Lernens zu erleben. Schließlich können die Bemühungen um eine Bewegungsfreudige Schule durch Veränderungen des Schulraums und der Schulorganisation unterstützt werden. Bislang nicht genutzte Räume lassen sich als Bewegungsräume erschließen oder bewegungsanregend umgestalten; mit der Flexibilisierung des Stundenplans lassen sich Zeiten für besondere Bewegungsvorhaben schaffen.

Der profilbildende Beitrag des Schulsports ist aber nicht allein auf das Konzept der Bewegungsfreudigen Schule zu begrenzen. Vielmehr geht es auch darum, Schulsport offensiv als ein Element in die Entwicklung solcher Schulprogramme einzubringen, die von bestimmten übergreifenden pädagogischen Leitideen ausgehen. In der hier entfalteten pädagogischen Grundlegung des Schulsports finden sich zahlreiche Ansatzpunkte dafür, wie Bewegung, Spiel und Sport in das Bildungs- und Erziehungskonzept der Schule eingebunden werden können.

Lehrplan Sport

Inhalt

	Seite
1 Aufgaben und Ziele des Schulsports in der Sekundarstufe I der Gesamtschule	51
2 Unterrichtsgestaltung	55
3 Inhaltsbereiche des Schulsports	59
3.1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	60
3.2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	66
3.3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	71
3.4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	76
3.5 Bewegen an Geräten – Turnen	81
3.6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	86
3.7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	91
3.8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport	96
3.9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	100
3.10 Wissen erwerben und Sport begreifen	105
4 Leistungsbewertung	107
5 Bewegung, Spiel und Sport als Elemente des Schulprogramms	108
6 Hinweise zur Arbeit mit dem Lehrplan	110

1 Aufgaben und Ziele des Schulsports in der Sekundarstufe I der Gesamtschule

Die *Rahmenvorgaben für den Schulsport* aller Schulformen bilden die pädagogische Grundlage für den Lehrplan Sport für die Sekundarstufe I der Gesamtschule. Der dort formulierte Doppelauftrag

Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur

ist pädagogische Leitidee für den Schulsport der Sekundarstufe I der Gesamtschule (vgl. *Rahmenvorgaben für den Schulsport*, Kapitel 1.1) und wird in diesem Lehrplan schulform- und stufenspezifisch eingelöst. Diese Leitidee findet ihren Ausdruck vor allem darin, dass die Inhalte unter sechs *Pädagogischen Perspektiven* thematisiert werden (vgl. *Rahmenvorgaben für den Schulsport*, Kapitel 1.2). Im Übrigen sind die *Richtlinien für die Sekundarstufe I der Gesamtschule* Grundlage dieses Lehrplans.

In der Sekundarstufe I ist die Gesamtschule eine gemeinsame Schule für alle Kinder und Jugendlichen. In ihr lernen, leben und arbeiten Schülerinnen und Schüler aus allen sozialen Schichten und verschiedenen Ethnien gemeinsam. Die damit einhergehenden sozialisationsbedingten Unterschiede bestimmen in hohem Maße Aufgeschlossenheit und Engagement der Kinder und Jugendlichen für Bewegung, Spiel und Sport und beeinflussen darüber hinaus maßgeblich ihre Bewegungs- und Spielvoraussetzungen.

Für den Schulsport ergeben sich dadurch Chancen und Barrieren. Er muss die Unterschiede berücksichtigen, wenn er möglichst vielen Schülerinnen und Schülern positive Erfahrungen mit Bewegung, Spiel und Sport ermöglichen will. Er muss Orientierungshilfen geben, um in unterschiedlicher Weise Bewegung, Spiel und Sport je nach individueller Voraussetzung als sinnerfülltes Tun erfahrbar werden zu lassen. Er muss schließlich dafür Sorge tragen, dass die Schülerinnen und Schüler die dafür notwendigen Fähigkeiten entwickeln.

Die Gesamtschule ist in der Regel Ganztagschule. Dem Schulsport kommt bei der Organisation des Lebens und Lernens insofern eine besondere Bedeutung zu, als die Schülerinnen und Schüler den Schultag in einem sinnvollen Wechselverhältnis von Lernzeit und Freizeit, Belastung und Entlastung, Spannung und Entspannung erfahren sollen. Die Grundlage dafür wird in den drei Bereichen gelegt, in denen Schulsport an Gesamtschulen organisiert wird:

- im *Sportunterricht*, dessen Pflichtstundenumfang in der Studentafel der Sekundarstufe I festgelegt ist,
- im *Ganzttag*, in dem es das Angebot von Arbeitsgemeinschaften und Pausenaktivitäten gibt,
- im *Differenzierungsbereich*, in dem das Fach Sport als besonderer Schwerpunkt zusätzlich gewählt werden kann.

Grundlagenbildung für den Zugang zum Sport und Bewegungsleben – Sportunterricht

Im Sportunterricht als dem Zentrum des Schulsports in der Gesamtschule müssen die Grundlagen für den Zugang der Kinder und Jugendlichen zum Sport und zum Bewegungsleben in unserer Gesellschaft gelegt werden. Es gilt eine Vielfalt von Lernwegen und Lernformen einzusetzen, die die Bewegungsfreude und den Lernwillen der Kinder und Jugendlichen wecken und erhalten und ihr Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit stärken. Bewegungsangebote und -arrangements sollten sich zunächst stets auf die Schülerpersönlichkeit beziehen. Dabei ist auch zu berücksichtigen, dass Mädchen und Jungen auf Grund einer geschlechtsspezifischen Körper- und Bewegungssozialisation unterschiedliche Zugangsweisen zu Bewegung, Spiel und Sport haben. Über gemeinsame Lernprozesse wird der Sinn für Gemeinschaft und Gemeinsamkeit gefördert und gefordert.

Die Fähigkeit der Heranwachsenden zum selbstständigen Arbeiten, zum eigenständigen Lösen von Problemen und zur Selbstorganisation von sportlichen Situationen gilt es zu entwickeln und ihre Verantwortungs- und Mitwirkungsbereitschaft zu stärken. Dem interkulturellen Lernen muss wegen des hohen Anteils ausländischer Schülerinnen und Schüler besondere Beachtung geschenkt werden. Wann immer möglich, sind auch fachübergreifende Bezüge herzustellen. Der in den Richtlinien formulierte Auftrag, mindestens einmal im Schuljahr in jeder Jahrgangsstufe eine Unterrichtseinheit fächerübergreifend zu gestalten, sollte so oft wie möglich unter Einbeziehung des Sports eingelöst werden.

An Gesamtschulen, die sich der Aufgabe des gemeinsamen Unterrichts von behinderten und nicht behinderten Kindern und Jugendlichen stellen, sollte der Sportunterricht vor allem für die Förderung der Integration genutzt werden.

Brücke zum außerschulischen Sport – Ganztag

Die pädagogische Wirksamkeit von Bewegung, Spiel und Sport entfaltet sich erst dann in vollem Maße, wenn es gelingt, auch den außerunterrichtlichen Schulsport als Anwendungs- und Erprobungsfeld sportlichen und spielerischen Handelns im Schulleben zu verankern und ihn mit dem Sportunterricht zu verzahnen. Der Sportunterricht schafft die Voraussetzungen für eine Teilnahme in diesem Bereich. Es sollten sowohl sportartenspezifische als auch sportartenübergreifende Angebote, z. B. in Form von Arbeitsgemeinschaften und Pausenaktivitäten gemacht werden.

Der außerunterrichtliche Schulsport bietet vielfältige Chancen der Anwendung erworbener Kompetenzen im Rahmen der Schule. In den unterschiedlichen Angeboten und Veranstaltungen können Schülerinnen und Schüler interessengeleitet, selbstverantwortlich und selbstorganisiert ihre im Sportunterricht vermittelten Erfahrungen und Fähigkeiten erproben und beweisen. Umgekehrt können Inhalte und Formen des freien Bewegens und Spielens im außerunterrichtlichen Schulsport Anregungsfunktion für den Sportunterricht haben.

Erschließung der Welt über Bewegung, Spiel und Sport – Differenzierungsbereich

Auch im Differenzierungsbereich der Gesamtschule, z. B. im Wahlpflichtbereich II, erfüllt der Sport eine wichtige Aufgabe. Sportbezogene Angebote in diesem Bereich werden von einer großen Anzahl von Schülerinnen und Schülern gewählt. Hier ergeben sich besondere Chancen, den Bezug zu Dimensionen des Lernens herzustellen, mit denen unterschiedliche Bereiche der Lebenswirklichkeit erfasst werden und damit Lernen in übergreifenden Zusammenhängen ermöglicht wird. Charakteristika fächerübergreifenden Lehrens und Lernens sind Lebensbezug und Ganzheitlichkeit. Über Bewegung, Spiel und Sport können sowohl Lebensbezug als auch Ganzheitlichkeit unmittelbar erfahrbar werden.

Die Schwerpunkte des Sportunterrichts in den Jahrgangsstufen

Das Lernen im Sportunterricht folgt einem Stufungssystem mit den Jahrgangsstufen 5/6, 7/8 und 9/10. Die Schülerinnen und Schüler erfahren in jeder Stufe eine deutliche Zunahme ihrer Qualifikationen, eine Veränderung ihrer Lernsituation und eine stärkere Übernahme von Verantwortung und Selbstständigkeit. In jeder Stufe werden didaktische Schwerpunkte gesetzt, die die Lernvoraussetzungen der Schülerinnen und Schüler berücksichtigen und die Auswahl von Unterrichtsvorhaben und die Akzentuierung von Perspektiven sowie die Unterrichtsgestaltung maßgeblich beeinflussen.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** soll den Schülerinnen und Schülern die Vielfalt der Bewegungsfelder und Sportbereiche vermittelt werden. Es sind Bewegungsgrundlagen für die Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur und für weiteres differenziertes Lernen zu schaffen. Die in der Primarstufe erworbenen Bewegungs- und Spielerfahrungen werden aufgegriffen, gefestigt und erweitert. Die Schülerinnen und Schüler bringen auf Grund ihrer sozialen Herkunft und ihrer individuellen Lerngeschichte sehr unterschiedliche Voraussetzungen mit. Deshalb ist es in diesen Jahrgangsstufen notwendig, Kindern mit motorischen Auffälligkeiten eine besondere Förderung zuteil werden zu lassen. Über eine ermutigende Erziehung wird nicht nur das Interesse an Bewegung, Spiel und Sport gestärkt, sondern auch das Selbstwertgefühl positiv beeinflusst. Das soziale Lernen auch im Hinblick auf das gemeinsame Sporttreiben von Mädchen und Jungen, die Förderung ihrer Kooperations- und Konfliktfähigkeit, die Entwicklung von Hilfsbereitschaft und Verantwortungsbewusstsein sind besonders zu betonen.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** sollen die Bewegungs-, Körper- und Spielerfahrungen stabilisiert, vertieft und erweitert werden. Die normierten Sportarten gewinnen für die Jugendlichen eine größere Bedeutung. Sie werden von den Schülerinnen und Schülern zunehmend mit unterschiedlichen Sinnorientierungen belegt. Deshalb ist eine multiperspektivische Vermittlung in diesen Jahrgängen besonders zu beachten, um den Heranwachsenden zu einer autonomen und differenzierten Sinnfindung für ihr sportliches Tun zu verhelfen. Nicht nur wegen der sehr deutlich werdenden Entwicklungsunterschiede zwischen Mädchen und Jungen, sondern auch wegen ihrer geschlechtsspezifisch unterschiedlichen Zugangsweisen zu Bewegung, Spiel und Sport muss reflexive Koedukation verstärkt stattfinden. Es gilt, Geschlechterhierarchien abzubauen, die Chancengleichheit der Geschlechter zu er-

möglichen und den Mädchen und Jungen zu helfen, ihre Fähigkeiten ohne Benachteiligungen zu entwickeln.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** werden den Schülerinnen und Schülern weitere Möglichkeiten zur Vertiefung und Spezialisierung in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen durch Themen eröffnet, die sich auf einzelne Inhaltsbereiche beziehen. Daneben sollen übergreifende Themen, Projekte und fächerübergreifendes Lernen Schwerpunkte des Unterrichts bilden, um Zusammenhänge von Bewegung, Spiel und Sport leichter zu erkennen, gründlicher zu analysieren und zu bewerten. Die Mitsprache und das selbstständige Handeln der Schülerinnen und Schüler als Erfahrung, Gestaltung, allmähliche Erweiterung der eigenen Wirkungsmöglichkeiten und Interessen sind in diesen Jahrgängen besonders anzustreben. Die Schülerinnen und Schüler sollen bei der Auswahl und der Planung der zu behandelnden Themen einbezogen werden. Sie lernen dabei, ihre Interessen zu artikulieren und sie in einem demokratischen Verfahren mit anderen abzustimmen.

2 Unterrichtsgestaltung

Die beschriebenen Aufgaben und Ziele des Schulsports in der Sekundarstufe I der Gesamtschule lassen sich nur durch eine ihnen angemessene Unterrichtsgestaltung verwirklichen. Dabei sind die *Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts* (vgl. *Rahmenvorgaben für den Schulsport*, Kapitel 3.1) handlungsleitend.

Daneben sind weitere Grundsätze der Unterrichtsgestaltung zu berücksichtigen. Sie werden hier mit den Begriffspaaren „*Anleiten und Öffnen*“, „*Individualisieren und Integrieren*“, „*Üben und Anwenden*“, „*Reflektieren und sich verständigen*“ und mit dem Begriff „*Fächerübergreifend arbeiten*“ beschrieben. Diese Grundsätze sind bei der Förderung der Heranwachsenden in der Sekundarstufe I bedeutsam und ermöglichen eine aktive und handlungsorientierte Auseinandersetzung mit den Lerngegenständen.

Sie werden hier im Einzelnen beschrieben und daher analytisch voneinander abgegrenzt. In der Unterrichtswirklichkeit sind sie in einem engen, untrennbaren Zusammenhang miteinander vernetzt.

Anleiten und Öffnen

Dieser Grundsatz beschreibt die Aufgabe der Lehrkraft, Sportunterricht in der Spannung von Anleiten und Öffnen zu gestalten. Lehrerinnen und Lehrer stehen grundsätzlich in der Verantwortung, erfolgreiches Lernen im Sportunterricht zu sichern. An diese Verantwortung ist die Aufgabe gebunden, Lernprozesse so zu gestalten, dass die angestrebten Unterrichtsziele auch stringent verfolgt werden und für möglichst alle Schülerinnen und Schüler zu erreichen sind.

Dazu bieten sich einerseits geschlossene Unterrichtsarrangements an, in denen Lehrkräfte eine anleitende und lenkende Funktion übernehmen und gezielt Impulse und Hilfen für effektives und ökonomisches Lernen geben. Diese sind dann sinnvoll und notwendig, wenn sachliche Gründe, spezifische Lernbedürfnisse von Schülerinnen und Schülern oder besondere Konstellationen der jeweiligen Lerngruppe dies erfordern.

Andererseits ist es notwendig, Unterricht zu öffnen, wenn Schülerinnen und Schüler als Subjekte von Lernprozessen ernst genommen werden, wenn sie zu selbstständigem Arbeiten und Handeln erzogen werden sollen und wenn die Fähigkeit entwickelt werden soll, Bewegung, Spiel und Sport selbst zu organisieren und selbstverantwortlich zu betreiben.

Öffnung von Unterricht bietet Schülerinnen und Schülern die Gelegenheit, selbstständig an Problemen und deren Lösungsmöglichkeiten zu arbeiten und somit Verantwortung für Lern- und Handlungsergebnisse zu übernehmen. Im Sinne des Stufungskonzeptes werden die Schülerinnen und Schüler im Verlauf der Sekundarstufe I an der Planung und der Gestaltung des Unterrichts zunehmend stärker beteiligt. Dabei sollen ihre Interessen und Bedürfnisse angemessen berücksichtigt werden. Die Mitgestaltung von Unterricht sollte altersangemessen mit kleinen, überschaubaren Unterrichtsphasen beginnen. Sie kann kontinuierlich auf gemeinsame Absprachen von Inhalten, Zielen und Lernwegen ausgedehnt werden.

Individualisieren und Integrieren

Dieser Grundsatz beschreibt die Aufgabe der Lehrkraft, die Schülerpersönlichkeit mit ihren jeweils individuellen Vorerfahrungen, Möglichkeiten und Leistungsdispositionen als Bezugspunkt für die Gestaltung und Organisation des Lernens in der Lerngruppe zu nehmen.

Individualisierung wird erreicht, wenn eine Vielfalt an Bewegungsangeboten und -arrangements bereit gestellt wird. Diese Form der Differenzierung von Unterricht ermöglicht es, die besondere Situation von Mädchen und Jungen, von leistungsstärkeren und leistungsschwächeren, von bewegungsfreudigen und weniger motivierten Kindern und Jugendlichen in der Unterrichtsplanung zu berücksichtigen und allen Beteiligten Lern- und Leistungsfortschritte zu ermöglichen.

Bewegung, Spiel und Sport in der Schule ist meist gemeinsames Handeln, das allerdings von allen Beteiligten nur dann als zufriedenstellend empfunden werden kann, wenn sie sich in ihrer Gruppe aufgehoben und als gleichberechtigte Mitglieder fühlen. Insofern sind Integrationsbemühungen von gleicher Bedeutung wie pädagogische Maßnahmen zur Individualisierung.

Neben individueller Differenzierung müssen also integrative und gemeinsame Lernprozesse initiiert werden. Schülerinnen und Schülern muss die Erfahrung und Erkenntnis ermöglicht werden, dass sie ein Ziel nur durch gemeinsames Handeln erreichen können.

Üben und Anwenden

Dieser Grundsatz beschreibt die Aufgabe der Lehrkraft, den Schülerinnen und Schülern die Erfahrung zu vermitteln, dass sich Anstrengung und beharrliches Bemühen beim Bewegungslernen lohnen. Es kommt also darauf an, Unterrichtsarrangements zu schaffen, in denen Schülerinnen und Schüler lernen, sich zu konzentrieren, an einer Sache zu bleiben und nicht vorschnell aufzugeben. Auf diese Weise lassen sich Lernerfolge sichern und Nachhaltigkeit erreichen.

Üben muss als sinnvoll, spannend und lustvoll erlebt werden. Die Bereitschaft zum Üben lässt sich auf Dauer nur sichern, wenn die Schülerinnen und Schüler den Sinn ihres Bemühens erkennen können. Es ist daher notwendig, den Übungsanlass zu begründen, den individuellen Lernerfolg bewusst zu machen und immer wieder Anwendungsmöglichkeiten für das durch Üben erworbene sportliche Können bereitzustellen. Solche Anwendungsmöglichkeiten ergeben sich im Sportunterricht selbst, im außerunterrichtlichen Schulsport sowie bei Schul- und Sportfesten und in Wettkämpfen.

Reflektieren und sich verständigen

Dieser Grundsatz beschreibt die Aufgabe der Lehrkraft, Schülerinnen und Schülern zu helfen, Erfahrungen im Umgang mit Bewegung, Spiel und Sport kognitiv zu verarbeiten und sie für Verständigungsprozesse zu qualifizieren.

Um das im Sportunterricht konkret Erlebte für zukünftiges Handeln nutzbar zu machen, muss es den Schülerinnen und Schülern bewusst gemacht werden. Dazu dienen Phasen der Reflexion. In ihnen sollen Mädchen und Jungen Kenntnisse über fachliche Zusammenhänge von Bewegung, Spiel und Sport erwerben und vertiefen. Sie sollen Gesetzmäßigkeiten des Bewegungslernens begreifen, Bedingungen sozialen Handelns erkennen und verstehen, und sie sollen gemeinsame Lösungen für aktuelle Probleme finden.

Bewusstes Lernen muss sich aus konkret erlebtem Bewegungshandeln ergeben und auch wieder darauf zurückwirken. Dieser Anspruch kann nicht nur durch isolierte Gesprächsphasen eingelöst werden, sondern erfordert Aufgabenstellungen, in denen Bezugspunkte für die Reflexion bereits angelegt sind.

Reflexion ist auch Voraussetzung für Verständigungsprozesse. Probleme und Konflikte im sozialen Miteinander müssen zum Ausgangspunkt von Verständigungsprozessen im Unterricht gemacht werden, damit Schülerinnen und Schüler lernen, Konflikte einvernehmlich und friedlich zu lösen. Dazu gehört, dass sie lernen, über eigene und fremde Handlungsziele, Motive und Interessen sowie über deren Auswirkungen im Unterricht zu sprechen und ihr subjektives Bewegungslernen entsprechend einzuordnen. Solche Verständigungsprozesse werden vor allem dann notwendig sein, wenn geschlechtsspezifische Unterschiede in den Zugangsweisen, Voraussetzungen und Zielen gemeinsamen Sporttreibens zu Konflikten führen.

Im Sinne *reflexiver Koedukation* dienen Verständigungsprozesse dazu, geschlechtsstereotype Einstellungen und Verhaltensmuster zu erkennen und zu überwinden, Benachteiligungen und Chancenungleichheiten abzubauen und ein gleichberechtigtes Miteinander von Mädchen und Jungen zu gewährleisten.

Für Phasen der Reflexion und Verständigung ist in der Regel der Gesprächskreis besonders geeignet.

Fächerübergreifend arbeiten

Dieser Grundsatz beschreibt die Aufgabe von Lehrkräften, der Forderung nach Lebensbezug und Ganzheitlichkeit Rechnung zu tragen. Fächerübergreifend unterrichten bedeutet Lehren und Lernen im Fachunterricht mit Blick auf übergreifende Zusammenhänge. Es findet zunächst im Fach selbst statt. Hierzu greifen Sportlehrkräfte auf ihre eigenen Kompetenzen in anderen Fächern zurück.

Auch die inhaltliche und die zeitliche Absprache über die Durchführung einer fächerübergreifenden Unterrichtssequenz mit einer weiteren Lehrkraft lässt sich häufig ohne größeren Aufwand treffen. Nach der Verständigung über ein gemeinsames Unterrichtsvorhaben werden die einzelnen Beiträge der beiden Fächer getrennt voneinander im jeweiligen Fachunterricht erarbeitet.

Bei der Beteiligung mehrerer Fächer einigen sich mehrere Lehrkräfte einer Klasse oder Jahrgangsstufe darauf, ein bestimmtes Unterrichtsvorhaben zeitlich, inhaltlich und methodisch aufeinander abzustimmen. Dies kann im Rahmen des stundenplanmäßig gegliederten Fachunterrichts erfolgen oder an Projekttagen bzw. in Projektwochen, wenn der Regelstundenplan ausgesetzt wird.

Fächerübergreifendes Lernen lässt sich in der Gesamtschule darüber hinaus im Wahlpflichtunterricht, in Arbeitsgemeinschaften oder auch bei Klassenfahrten mit sportlichem Schwerpunkt realisieren.

Es ist sinnvoll, mit überschaubaren Projekten innerhalb des Sportunterrichts mit Blick auf fächerübergreifende Zusammenhänge zu beginnen. Zunehmend können Themenbereiche ausgeweitet und weitere Fächer einbezogen werden. Der Arbeit im Team kommt dabei besondere Bedeutung zu.

3 Inhaltsbereiche des Schulsports

Im Folgenden werden die für die Sekundarstufe I der Gesamtschule verbindlichen Inhaltsbereiche dargestellt (vgl. *Rahmenvorgaben für den Schulsport*, Kapitel 2.1). Sie erfahren eine stufen- und gesamtschulspezifische Ausprägung.

Die *Pädagogischen Perspektiven* geben den Lehrkräften Orientierungen für didaktische Akzentuierungen und für die mehrperspektivische Durchdringung der Inhaltsbereiche, die im Unterricht über *Unterrichtsvorhaben* realisiert werden.

Unterrichtsvorhaben gliedern den unterrichtlichen Prozess. Sie umfassen mehrere Unterrichtsstunden, in denen ein Thema unter Akzentuierung einer Perspektive oder mehrerer Perspektiven über entsprechende Aufgaben und Inhalte entfaltet wird. In der Regel ist von einer Bandbreite zwischen ca. 5 Stunden für kürzere und ca. 10 Stunden für längere Unterrichtsvorhaben auszugehen. Daraus ist allerdings nicht zwangsläufig eine Blockbildung dieser Stunden abzuleiten. Es kann sich als durchaus sinnvoll erweisen, zwei Unterrichtsvorhaben parallel laufen zu lassen. Auch ein sukzessives Aufgreifen von Inhalten über einen längeren Zeitraum kann pädagogisch sinnvoll sein.

Die zehn Inhaltsbereiche werden im Folgenden in ihren Intentionen und Schwerpunkten näher beschrieben.

In den Inhaltsbereichen 1 bis 9 sind Unterrichtsvorhaben benannt, die verdeutlichen, wie Gegenstände des jeweiligen Inhaltsbereichs unter ausgewählten Pädagogischen Perspektiven thematisiert werden können. Die ausgearbeiteten Unterrichtsvorhaben sind exemplarisch und als Anregungen, Hilfe und Orientierung zu verstehen (vgl. Kapitel 3.1 bis 3.9).

Der 10. Inhaltsbereich „*Wissen erwerben und Sport begreifen*“ ist integraler Bestandteil der anderen neun Inhaltsbereiche und dient der Wissensvermittlung und kognitiven Verarbeitung. Im Verlauf der Sekundarstufe I gewinnt er zunehmend an Bedeutung. Auch für diesen Inhaltsbereich werden exemplarische Möglichkeiten der unterrichtlichen Umsetzung beschrieben (vgl. Kapitel 3.10).

Obligatorik und Freiraum

Um die Aufgaben und Ziele des Schulsports in der Sekundarstufe I der Gesamtschule erfüllen zu können, werden die Stundenanteile für die Obligatorik auf 60 Prozent und für den Freiraum auf 40 Prozent der insgesamt zur Verfügung stehenden Stunden festgelegt. Damit wird der Rahmen für weitere Entscheidungen durch die Fachkonferenz abgesteckt (vgl. Kapitel 6).

Obligatorik

Alle Inhaltsbereiche sind für den Sportunterricht in der Sekundarstufe I der Gesamtschule verbindlich. Für Unterrichtsvorhaben im Rahmen der Obligatorik stehen 60 Prozent der Gesamtstundenzahl zur Verfügung.

Die Unterrichtsstunden sind entsprechend den schulischen Gegebenheiten und dem jeweiligen Schulsportkonzept pädagogisch sinnvoll auf Unterrichtsvorhaben in den Doppeljahrgangsstufen zu verteilen. Dabei ist zu beachten, dass im Verlauf der Se-

kundarstufe I die in den Inhaltsbereichen vorgegebene Mindestanzahl von Unterrichtsvorhaben durchgeführt (jeweils sechs Unterrichtsvorhaben in den Inhaltsbereichen 1 bis 7 und vier Unterrichtsvorhaben in den Inhaltsbereichen 8 und 9) und die inhaltlich ausgewiesene Obligatorik erfüllt werden (vgl. Kapitel 3). Alle Pädagogischen Perspektiven sind angemessen zu berücksichtigen. In jeder Doppeljahrgangsstufe soll sich das Fach Sport wenigstens einmal an einem fächerübergreifenden Unterrichtsvorhaben im Jahrgang beteiligen.

Im Sinne der Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung muss die Fachkonferenz dafür sorgen, dass die in der Obligatorik der Inhaltsbereiche ausgewiesenen Zielsetzungen erfüllt werden (vgl. Kapitel 6).

Freiraum

40 Prozent der Gesamtstundenzahl sind fakultativ verfügbare Stunden und bieten den Lehrkräften Möglichkeiten, eigene pädagogische und inhaltliche Schwerpunkte, auch unter Berücksichtigung regionaler Gegebenheiten, zu gestalten. Auch hier werden Unterrichtsvorhaben oder Projekte in der Regel eine zentrale Bedeutung haben, um unter Akzentuierung bestimmter Perspektiven weitere Akzente in der pädagogischen Arbeit zu setzen (vgl. Kapitel 6).

3.1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

In diesem Inhaltsbereich sollen die Schülerinnen und Schüler zu einer grundlegenden Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und dem eigenen Bewegen angeregt werden. Dies wird ihnen dadurch möglich, dass ihre Aufmerksamkeit hier nicht von den in definierten Sportarten typischen Handlungszielen beansprucht wird. *Körper und Bewegung* bilden die beiden Leitbegriffe zur Konkretisierung dieses Inhaltsbereichs.

Ausgehend vom *Körper* bzw. der *Körperlichkeit* stellen sich Aufgaben im Bereich der Körpererfahrung und Körperwahrnehmung, der konditionellen Grundlagenbildung und der Auseinandersetzung mit Körperidealen und Körperakzeptanz.

Ausgehend von der *Bewegung* geht es um Aufgaben zur Bewegungserfahrung und zur Erfahrung durch Bewegung, zur koordinativen Grundlagenbildung sowie um eine Auseinandersetzung mit funktionellem Bewegen, mit der Bewegungsstimmigkeit oder „Bewegungslogik“.

Allerdings sind diese beiden Ansatzmöglichkeiten nur systematisch voneinander zu trennen. Sowohl bei ihrer thematischen Umsetzung im Unterricht als auch im Erfahrungshorizont der Schülerinnen und Schüler durchdringen sie sich vielfältig.

Inhaltlich werden die beschriebenen Ansätze in folgenden Bereichen greifbar:

- Wahrnehmungsschulung und materiale Erfahrung (z. B. „*Gegenstände/Untergründe in ihrer Eigenart durch Bewegung erfahren*“)
- Koordinative Sicherheit in sportartunspezifischen Handlungssituationen (z. B. „*Im Gleichgewicht sein – balancieren können*“)
- Erfahrungssituationen zur konditionellen Beanspruchung (z. B. „*Atem und Puls als Zeichen richtiger Belastung erfahren und begreifen*“)

- Entspannungsmethoden (z. B. „*Progressive Muskelentspannung kennen lernen und anwenden*“)
- Fitnesstraining und seine Bedeutung (z. B. „*Fitness – ein Beitrag zu mehr Lebensqualität*“)
- Funktionsgymnastik (z. B. „*Richtiges Dehnen vor und nach Belastungen*“)
- Funktionelles Bewegen im Alltag (z. B. „*Sitzen, Heben, Tragen und ihre funktionellen Voraussetzungen*“).

In der Sekundarstufe I haben die Schülerinnen und Schüler starke Veränderungen in ihrer Körperlichkeit und im Körper- und Bewegungserleben zu bewältigen und zu akzeptieren. Solche Veränderungen verlaufen bei Mädchen und Jungen zeitlich versetzt. Sie werden in ihren Auswirkungen durch soziale Rahmenbedingungen, aber auch durch kulturelle Traditionen und Wertvorstellungen zusätzlich verschärft. Eine akzentuierte Auseinandersetzung mit der eigenen Körperlichkeit und mit dem eigenen Bewegen kann einen erheblichen Beitrag zur Förderung von Körperidentität und Bewegungsstimmigkeit leisten und dadurch entwicklungsfördernd wirken. Dabei gilt es, Einsichten und Wertorientierungen für einen verantwortungsbewussten Umgang mit der eigenen Körperlichkeit zu erschließen. Kompetenzen, die in diesem Inhaltsbereich erworben werden, haben außerdem eine wichtige lebenspraktische Bedeutung. Sie können helfen, sich im Alltag, im Beruf und im Sport körpergerecht, funktionell richtig und sicher zu bewegen.

Zentrale Perspektive ist „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“, die in einschlägigen Unterrichtsvorhaben akzentuiert umgesetzt ist (z. B. „*Die eigene Kraft erproben und verbessern*“ oder „*Bewegungen dosieren und einschätzen lernen*“ oder „*Sich entspannen lernen, sich entspannen können*“). Die Perspektive „*Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln*“ kann durch die einsichtbildende Auseinandersetzung mit gesundheitsrelevanten Erfahrungen besonders bedeutsam werden. Unterrichtsvorhaben wie „*Körpersignale wahrnehmen, erfahren und begreifen – sich selbst aufwärmen können*“, „*Koordiniertes Bewegen ist sicheres Bewegen*“ können zur Schärfung des Gesundheitsbewusstseins und zu gesundheitsgerechtem Handeln im Sport beitragen. Dies gilt z. B. auch für eine vertiefte Auseinandersetzung mit der Bedeutung und dem Aufbau von Fitness, die gerade bei Jugendlichen der Sekundarstufe I einen hohen – manchmal auch fragwürdigen – Stellenwert einnimmt. Ein Unterrichtsvorhaben wie „*Fitness – ein Beitrag zu mehr Lebensqualität*“ kann in dieser Hinsicht wichtige Kompetenzen erschließen.

Grundlegende Erfahrungen und Einsichten, die in der Auseinandersetzung mit diesem Inhaltsbereich gemacht worden sind, lassen sich in Unterrichtsvorhaben der Inhaltsbereiche 3 bis 9 aufgreifen und nutzen. Dies ist vor allem dann sinnvoll, wenn dabei die Perspektive „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“ leitend ist (z. B.: „*Die Bedeutung der Kraft für das Turnen an Geräten und ihre Trainierbarkeit mit einfachen Mitteln*“).

Unterrichtsvorhaben für diesen Inhaltsbereich sollten in ihrem Umfang so zugeschnitten sein, dass sie in einem überschaubaren Zeitraum zu greifbaren Ergebnissen führen können. Es ist sinnvoll, im Verlauf der Sekundarstufe I einschlägige Themen in den verschiedenen Jahrgangsstufen immer wieder aufzugreifen und mit einem der jeweiligen Stufe entsprechenden Anspruch vertiefend zu behandeln.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sind mindestens sechs Unterrichtsvorhaben verbindlich vorzusehen. Dabei ist auf eine annähernd gleichgewichtige Verteilung von mehr körperbezogenen und mehr bewegungsbezogenen Themen zu achten. Die Schülerinnen und Schüler sollen ihre koordinativen Fähigkeiten ausprägen, eine differenzierte Körperwahrnehmung entwickeln, Entspannungsmethoden kennen und anwenden und über grundlegende Handlungsmuster und Kenntnisse für funktionelles Bewegen im Sport und im Alltag verfügen. Eine kompetenzbildende Auseinandersetzung mit einem Unterrichtsvorhaben, das Fitness und ihren Stellenwert zum Gegenstand hat, muss sichergestellt werden.

Im Gleichgewicht sein – balancieren können

Das Spiel mit dem Gleichgewicht stellt eine faszinierende Herausforderung dar, die sich zwischen den beiden Polen Verlust und Wiedergewinn entfaltet. Die Gleichgewichtsfähigkeit bildet eine wichtige Voraussetzung für vielfältige Bewegungssituationen im Sport und im Alltag. Darum gilt es, das Gleichgewicht vielfältig und sensibel in unterschiedlichsten Situationen zu schulen. Sie lassen sich in der Auseinandersetzung mit dem Körpergleichgewicht und dem Objektgleichgewicht arrangieren. Zur erfolgreichen Bewältigung solcher Situationen muss das individuelle Gleichgewichtsgefühl aktiviert werden. Dazu gehören neben der Fähigkeit zur Integration vestibulärer, kinästhetischer, taktiler und visueller Informationen auch Einstellungen und Einsichten. Das Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) akzentuiert die Perspektive „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“. Es ist besonders für die Jahrgangsstufen 5/6 geeignet, kann aber auch in höheren Jahrgangsstufen eingesetzt werden.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>In welchen Situationen wird das Gleichgewicht herausgefordert?</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Herausforderungen des Körpergleichgewichts entdecken, erproben und den individuellen Möglichkeiten anpassen (z. B. im einbeinigen Stand, auf schmalen/wackligen Untergründen etc.) ● Das Objektgleichgewicht vielfältig erproben und variieren (z. B. mit dem Stab, mit dem Ball, mit Keulen, Diabolos etc.) ● Körpergleichgewicht und Objektgleichgewicht gleichzeitig erproben <p>Durch welche Sinne wird das Gleichgewicht beeinflusst?</p> <p>Voraussetzungen zur Herstellung des Gleichgewichts verstehen und situationsgerecht nutzen durch Aufgaben, wie</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit verbundenen Augen/mit geöffneten Augen/mit einem geöffneten Auge über einen Balken, über Hindernisse etc. gehen ● mit Hilfe akustischer Signale mit geschlossenen Augen balancieren <p>Wo findet man Herausforderungen für das Gleichgewicht im Alltag, wie kann man sie selbst herstellen und nutzen?</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Erkundungen für Gleichgewichtsanforderungen auf dem Schulgelände, im Tagesablauf ● eine selbstgewählte Gleichgewichtsanforderung im Alltag regelmäßig nutzen 	<p>Es sind Gelegenheiten zu schaffen, in denen Schülerinnen und Schüler ihr individuelles Anspruchsniveau finden und für weitere Herausforderungen ermutigt werden.</p> <p>Für eine konzentrierte Atmosphäre bei der Auseinandersetzung mit dem Gleichgewicht ist zu sorgen; eine Einsicht in Zusammenhänge zwischen „äußerem“ und „innerem“ Gleichgewicht sollte geweckt werden.</p> <p>Die Ausschaltung der visuellen Kontrolle führt auch bei sicher geglaubtem Gleichgewicht zu deutlicher Verunsicherung.</p> <p>Auf eine rücksichtsvolle und verantwortungsbewusste Zusammenarbeit der Schülerinnen und Schüler ist zu achten.</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler sind anzuregen, eine angemessene Herausforderung über einen längeren Zeitraum regelmäßig aufzusuchen und Kriterien für den Zugewinn an Sicherheit zu erarbeiten. Die Erfahrungen sind im Sportunterricht aufzugreifen und zu thematisieren.</p>

Körpersignale wahrnehmen und begreifen – sich selbst aufwärmen können

<p>In diesem Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) sollen die Schülerinnen und Schüler wichtige Körpersignale, die für ein sachgerechtes Aufwärmen bedeutsam sind, erfahren und deuten lernen. Dabei geht es insbesondere um Atmung und Puls sowie um das subjektive Wahrnehmen der Körpertemperatur als Indikator für die richtige „Betriebstemperatur“. In einer erprobenden Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Belastungsformen sollen die Schülerinnen und Schüler das richtige Maß für ein individuelles Aufwärmen herausfinden, unterschiedliche Funktionen des Aufwärmens begreifen und vor allem auch zum selbstständigen Aufwärmen angeregt werden. Es empfiehlt sich, das Unterrichtsvorhaben, bei dem die Perspektive „Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln“ leitend ist, jeweils im einleitenden Teil einer Unterrichtsstunde durchzuführen. Es ist für alle Jahrgangsstufen geeignet.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Belastungsintensität von verschiedenen Bewegungssituationen erproben und vergleichen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Walking ● Lockeres Laufen ● Dribblings ● Seilchenspringen ● Aerobic <p>Dosierungsexperimente durchführen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Wie fühle ich mich nach 3, 4, 5, 6 Minuten Belastung in der jeweiligen Bewegungssituation? <p>Aufwärmen ist mehr als nur warm werden – unterschiedliche Funktionen des Aufwärmens erfahren und begreifen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch bewegungsintensive Aufgaben die Ventilfunktion nach langem Sitzen ● durch Bewegen nach Musik die Aktivierungs- und Motivierungsfunktion zur Überwindung von anfänglicher Bewegungsunlust ● durch Spiele wie Zombie, Nupta etc. die sozial-integrierende Funktion zur Steigerung des psycho-sozialen Wohlbefindens ● durch zweckgymnastische Übungen die Einstimmungs- und Vorbereitungsfunktion auch als Verletzungsprophylaxe für den nachfolgenden Aktivitätsschwerpunkt 	<p>Bei jeweils gleicher Dauer der Bewegungsaktion sollten Pulsmessungen vorgenommen, die Belastungsintensität subjektiv eingeschätzt und mit den gemessenen Pulsfrequenzen verglichen werden (Möglichkeiten der Kooperation mit dem Fach Biologie sind zu nutzen).</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler sollten individuelle Protokolle anlegen und jeweils die subjektiv erfahrene Stimmigkeit bzw. Unstimmigkeit der Dosierung festhalten. Ihre Aufmerksamkeit ist auf Signale für stimmige Belastung zu richten.</p> <p>Interessante und abwechslungsreiche Aufgabenstellungen und Materialien sollten gewählt werden, um alle Schülerinnen und Schüler zu Aktivitäten zu motivieren.</p> <p>Gruppenbezogene Aufgabenstellungen sind zu bevorzugen; Spiele, bei denen Schülerinnen und Schüler ausscheiden, sollten vermieden werden.</p> <p>Bei der Auswahl der Übungen ist der Zusammenhang zwischen der Gestaltung des Aufwärmens und den folgenden Bewegungsabsichten zu beachten.</p> <p>Kleinen Gruppen von Schülerinnen und Schülern kann das Aufwärmprogramm für eine Unterrichtsstunde übertragen werden, um die Selbstständigkeit zu fördern.</p>

Fitness – ein Beitrag zu mehr Lebensqualität

Körperliche Fitness stellt einen zentralen Aspekt von Gesundheit dar. Die Perspektive „Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln“ steht damit im Vordergrund. Ein Ziel dieses Unterrichtsvorhabens (ca. 10 Stunden) ist, Fitness als eine komplexe Eigenschaft erfahrbar werden zu lassen. Die Schülerinnen und Schüler sollen darüber hinaus ihre eigene Fitness überprüfen und verbessern. Ziel ist auch zu erkennen, dass Fitness einen Beitrag zu mehr Lebensqualität leisten kann. Dieses Unterrichtsvorhaben eignet sich besonders für die Doppeljahrgangsstufe 9/10 und eröffnet gute Möglichkeiten für fächerübergreifendes Arbeiten.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Fitness ist umfassender als Ausdauer und Kraft</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ein „Konditionsprogramm“ (kraft- und ausdauerbetont) als Diskussionsanlass über die eigene Fitness durchführen ● die eigene Fitness überprüfen: komplexe Fitnessstests (z. B. Haro-Fitnesstest) durchführen und auswerten <p>Die Fitness individuell verbessern lernen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Trainingsübungen oder -stationen in Gruppenarbeit selbst entwickeln und ausführen ● einen Fitnessparcours zur individuellen Fitnessverbesserung zusammenstellen und erproben ● die psycho-physische Wirkung eines „Fitnessprogrammes“ an sich selbst erleben ● ein Fitnessprogramm für die Durchführung zu Hause entwerfen <p>Fitnessangebote überprüfen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Analyse eines kommerziellen Fitnessvideos ● Probetraining in einem Fitnessstudio ● Teilnahme an vereinsgebundenen Fitnessangeboten 	<p>Im Unterrichtsgespräch soll die unterschiedliche Fitness der Schülerinnen und Schüler thematisiert werden. Erste Überlegungen zu den Wirkungen verschiedener Übungen auf die Fitness können angestellt werden. Der Zusammenhang zwischen Fitness und Lebensqualität sollte bereits hier angesprochen werden.</p> <p>Den Schülerinnen und Schülern muss ausreichend Material zur Verfügung gestellt werden. Es sollten Informationen und Festlegungen über Übungsauswahl, -folge, Belastungsdosierung und -kontrolle etc. gegeben werden, damit Schülerinnen und Schüler über Selbst- und Fremdbeobachtung zu Erkenntnissen und Einsichten gelangen.</p> <p>Hinweise auf verschiedene Möglichkeiten der Belastungskontrolle und die Kennzeichen von Ermüdung müssen erfolgen. Der Zusammenhang zwischen individueller Belastung und Wohlbefinden sollte thematisiert werden.</p> <p>Es muss verdeutlicht werden, dass sich Trainingseffekte erst bei regelmäßigem „Training“ einstellen.</p> <p>Die Problematik eines „Fitnesskults“ und die damit verbundenen Körperideale sollten unbedingt thematisiert werden. Weitere Aspekte für Reflektionen können Ernährung, Drogen usw. sein.</p>

3.2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Mit diesem Inhaltsbereich soll das Spielen als eigenständige Erfahrung erschlossen werden. Spielen zu können bedeutet, sich auf Spielideen und Verabredungen einzulassen, Spannung zu erzeugen und aufrechtzuerhalten sowie Spielgelegenheiten zu entdecken und zu nutzen. Das hier gemeinte Spielen ist gekennzeichnet durch den freien explorierenden Umgang mit Regeln und Spielräumen und unterscheidet sich dadurch vom eher ergebnis- und konkurrenzorientierten Handeln im Sportspiel.

Die Spielerfahrung vieler Kinder und Jugendlicher beschränkt sich zunehmend auf das Spielen in virtuellen Welten. Damit bleiben ihnen unmittelbare und konkretere Erfahrungen weitgehend verschlossen. Das „*Spielen zu entdecken*“ ist daher auch für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I von großer Bedeutung.

In dem Inhaltsbereich „*Das Spielen entdecken und Spielräume gestalten*“ geht es zunächst darum, die Fülle von Bewegungsspielen zu erschließen und damit ein gewachsenes Kulturgut zu erhalten. Dazu gehören:

- Lauf- und Fangspiele
- Kleine Spiele mit Bällen und anderen Spielgeräten
- Geschicklichkeits- und Wahrnehmungsspiele
- Kooperative Spiele
- Volkstümliche Spiele und Spiele aus anderen Kulturen.

Neben der zu vermittelnden Vielfalt der Spiele sollen die Schülerinnen und Schüler auch die Chance erhalten, bei einem Spiel zu verweilen, sich darin auszuleben und es freudvoll zu genießen.

Spiele gewinnen ihren Reiz im Allgemeinen dadurch, dass sie Erlebnisqualitäten beinhalten, die sich zwischen einander entgegengesetzten Polen entfalten: Sicherheit und Ungewissheit, Aktion und Reaktion, Erwartung und Überraschung, Alleinsein und Eingebundensein, Spannung und ihre Auflösung.

In Unterrichtsvorhaben zu den oben genannten Spielen wie „*Die Spannung im Spiel erhalten – Spielideen unterschiedlicher Spiele erfahren und begreifen*“ können die Schülerinnen und Schüler eine Vielzahl solcher Ambivalenzen erleben. Viele dieser Spiele enthalten außerdem bestimmte Rollenzuweisungen, die stets den sich ändernden Situationen angepasst werden müssen.

Pädagogisch besonders bedeutsam ist die Vermittlung eines kompetenten Umgangs mit diesen Spielen. Schülerinnen und Schüler müssen erfahren und begreifen, dass sie zum Gelingen des Spielens und zum Erleben der Ambivalenzen selbst beitragen können. Dazu müssen sie in die Lage versetzt werden, Regeln zu verabreden, diese flexibel zu handhaben und sie stets an die Bedürfnisse und Voraussetzungen aller Beteiligten anzupassen. Ein Unterrichtsvorhaben könnte sein: „*Alle spielen mit – Lauf- und Fangspiele bedürfnisgerecht variieren*“.

Schülerinnen und Schüler sollen darüber hinaus auch angeregt werden, eigene Spielideen zu entwickeln, zu erproben und zu gestalten. Für solche selbst zu entwickelnden Spiele muss ein Rahmen geschaffen werden, der die Phantasie der Kinder und Jugendlichen anregt. Hierzu können Spielaufgaben gestellt werden, die einerseits eine der möglichen Bedingungen als Ausgangspunkt festlegen (z. B. Spiel-

material, Spielraum, Aktionsform, Gruppengröße), andererseits aber auch Freiräume für die Entfaltung von phantasievollen Regelungen eröffnen. Ein entsprechendes Unterrichtsvorhaben könnte sein: *„Wir erfinden Spiele mit dem Wurfgerät Frisbee“*.

„Spielräume gestalten“ ist ein weiterer Aspekt dieses Inhaltsbereichs. Damit ergibt sich die Notwendigkeit, Kindern und Jugendlichen den Blick zu schärfen für Flächen und Räume in der Schule, die nicht unmittelbar als Spielräume konzipiert sind, die sich aber als solche nutzen lassen. Hierfür kann z. B. ein Unterrichtsvorhaben *„Spielmöglichkeiten auf unserem Schulhof entdecken und gestalten“* wichtige Erfahrungen erschließen, die das Schulleben und den Lebensalltag der Kinder und Jugendlichen bereichern können.

Für diesen Inhaltsbereich ist die Perspektive *„Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“* von besonderer Bedeutung. Sie kann über Aufgaben erschlossen werden, in denen das Zusammenwirken der Beteiligten beim Aushandeln von Regeln und Handlungsmöglichkeiten für gelingendes Spielen thematisiert wird. Insbesondere dann, wenn Wahrnehmungsspiele zum Unterrichtsinhalt werden, tritt auch die Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“* in den Vordergrund.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sollen mindestens sechs Unterrichtsvorhaben durchgeführt werden. Die Schülerinnen und Schüler sollen Erfahrungen mit einer Vielzahl von Spielen sammeln, die die Vielfalt der möglichen Spiele widerspiegelt. Sie sollen lernen, diese Spiele zu initiieren, bedürfnisgerecht zu gestalten und zu organisieren.

Die Spannung im Spiel erhalten – Spielideen unterschiedlicher Spiele erfahren und begreifen

In diesem Unterrichtsvorhaben sollen die Schülerinnen und Schüler ein Spektrum von unterschiedlichen Spielen kennen lernen und erkennen, dass die Spannung im Spiel durch unterschiedliche Spielideen zustande kommt. Sie manifestieren sich in bestimmten Spieltypen oder Spielformen. Darüber hinaus sollen die Schülerinnen und Schüler erfahren und begreifen, dass die angestrebte Spannung im Spiel auch von Faktoren abhängt, die sie selbst beeinflussen können. Dazu ist es notwendig, Regelwerk und Rahmenbedingungen von Spielen als grundsätzlich veränderbar zu begreifen und Kompetenzen für einen bedürfnisgerechten Umgang damit zu erwerben. Die Perspektive „*Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen*“ hat für dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) zentrale Bedeutung. Dieses Unterrichtsvorhaben eignet sich besonders für die Jahrgangsstufen 5 und 6.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Wir lernen ausgewählte Spiele kennen und entdecken ihre unterschiedlichen Spielideen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● fliehen und verfolgen, z. B. Fangspiele ● verstecken und suchen, z. B. Suchspiele ● zielen und ausweichen, z. B. Abtreffspiele ● zielen und treffen, z. B. Zielwurfspiele ● Raum gewinnen, Raumgewinn verhindern, z. B. Treibballspiele <p>Wir erfahren, welchen Einfluss unterschiedliche Regelungen auf den Spannungsaufbau im Spiel haben: wir experimentieren, z. B. mit Veränderungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● des Spielraums ● der Spielzeit ● des Spielgeräts ● der Mannschaftsgröße ● der Handlungsregeln im Spiel <p>Wir machen ein Spiel durch Regeländerungen für alle spannender, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch einen zweiten Ball beim Völkerball ● durch Hindernisse beim Brennball 	<p>Um die Aufmerksamkeit der Schülerinnen und Schüler auf die entsprechenden Spielideen zu lenken, sollten unterschiedliche Spiele kontrastierend gegenübergestellt und betrachtet werden. Es sollte auch herausgearbeitet werden, wodurch ein Spiel seinen Spannungsaufbau erhält.</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können erfahren, in welcher Weise die jeweiligen Regeltypen den Spielablauf beeinflussen. Kleingruppen sollten sich zunächst mit jeweils einem Regeltyp und geringfügigen Variationen befassen, bevor zwei oder drei Regeltypen gleichzeitig verändert werden. Dabei kann deutlich gemacht werden, wie sich die Veränderung einer Regel auf die anderen auswirken kann (Veränderung der Handlungsregel z. B. Abtreffen aus dem Stand/mit Fortbewegen hat zwangsläufig eine Änderung der Raumregel zur Folge).</p> <p>Hier bieten sich Formen der Gruppenarbeit an, wobei unterschiedliche Lösungen zustande kommen.</p>

Spielmöglichkeiten auf unserem Schulhof entdecken und gestalten

<p>Das Unterrichtsvorhaben verbindet die Intentionen, Spiele als Kulturgut zu erschließen und Kompetenzen für das selbstständige Finden und Gestalten von Spielgelegenheiten zu entwickeln. Dabei geht es insbesondere darum, zum Spielen in der Pause anzuregen und zu befähigen. Die Bereitschaft, möglichst alle Schülerinnen und Schüler in die Spiele zu integrieren, ist ebenso zu entwickeln wie der angemessene Umgang mit vorgegebenen oder selbst zu entwickelnden Regeln. Damit steht die Perspektive „<i>Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen</i>“ im Mittelpunkt. Das Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) eignet sich prinzipiell für alle Jahrgangsstufen, da es die Auseinandersetzung mit unterschiedlich komplexen Spielen ermöglicht. Es sollte jedoch möglichst zu Beginn der Sekundarstufe I durchgeführt werden.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Wir lernen im Sportunterricht Spiele kennen, die</p> <ul style="list-style-type: none"> ● wenig Raum brauchen, z. B. Paarfangen ● zu zweit, zu dritt, zu viert zu spielen sind, z. B. Prellball ● mit möglichst vielen Teilnehmern gespielt werden können, z. B. Zombie 	<p>Die Auswahl der vorzustellenden Spiele sollte bereits die konkreten räumlichen Bedingungen der einzelnen Schule berücksichtigen.</p>
<p>Wir erfinden selbst Spiele mit vorgegebenem Raum und / oder Gerät, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ball/Wand ● Seil/Ball ● Kreis/Ball ● Ball/Reifen 	
<p>Wir erkunden Spielgelegenheiten für die erarbeiteten Spiele auf unserem Schulhof und erproben diese Möglichkeiten</p> <p>Kriterien können sein</p> <ul style="list-style-type: none"> ● schnell zu arrangieren? ● nicht gefährlich? ● räumlich begrenzt? ● können viele/alle mitspielen? ● stört man andere? 	<p>Die Aufgabenstellungen sollten solche Geräte in den Mittelpunkt rücken, die für Pausenspiele in entsprechender Anzahl jeweils für die Klassen zur Verfügung stehen bzw. ohne großen Aufwand beschafft werden können.</p> <p>Ein Erkundungsauftrag sollte so gestellt sein, dass er im Zeitraum bis zur nächsten Stunde erledigt werden kann (hier bietet sich evtl. ein arbeitsteiliges Verfahren an). In einer Sportstunde, die auf dem Schulhof stattfindet, werden die Vorschläge der Schülerinnen und Schüler erprobt.</p>
<p>Wir wählen Spiele für ein Pausenspielbuch unserer Klasse aus</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Wie soll das Buch genutzt werden? ● Wie gestaltet man die Spielbeschreibung? ● Wie gestaltet man das Buch? 	<p>Das Pausenspielbuch kann gut im fächerübergreifenden Unterricht (Deutsch/Sport) erstellt werden.</p>

Wir erfinden Spiele mit dem Wurfgerät Frisbee

In diesem Unterrichtsvorhaben geht es um erste gemeinsame Auseinandersetzungen mit dem wenig vertrauten Spielobjekt Frisbee. Auf der Basis grundlegender Spielfertigkeiten wie Passen, Fangen und Werfen sollen Wurfspiele mit dem Frisbee erfunden werden. Die Perspektive „*Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen*“ wird dabei akzentuiert. Welche Geräte benutzt werden, welche Regeln zur Handhabung des Frisbees aufzustellen sind und wie man beim Erproben zum bestmöglichen Funktionieren des Spiels kommt, erfordert Absprachen, Verständnis für die anderen, das Aufstellen und Einhalten von Regeln, ggf. deren Änderung und intensives Üben. Ein solches Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) kann je nach Anforderungsniveau in allen Jahrgangsstufen eingesetzt werden.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Wir machen uns mit dem Frisbee vertraut, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● werfen zum Partner und Fangtechniken ausprobieren ● weit werfen: Räume überwinden ● genau werfen: Ziele treffen <p>Wir erfinden Regeln für „unser“ Frisbeespiel, z. B. unter Bezug auf</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Spielräume ● Handlungsmöglichkeiten ● Gruppenzusammensetzung <p>Wir präsentieren unser Frisbeespiel</p> <p>Wir lernen die Spiele der anderen kennen und spielen sie</p>	<p>Verschiedene Frisbees sollten zur Verfügung gestellt werden, um die Schülerinnen und Schüler in unterschiedlichen Aufstellungsformen, mit wechselnden Partnerinnen und Partnern üben zu lassen. Ziele müssen abgesprochen werden. Solche Ziele könnten z. B. Reifen, Kasten-teile, Wandmarkierungen, Mattenbahnen, Linien, Bänke sein.</p> <p>In einem steten Wechsel von sich verständigen, ausprobieren, reflektieren, Regeln erfinden und Regeln ändern sollen einzelne Gruppen „ihr“ Frisbeespiel erfinden.</p> <p>Eine Gelegenheit der Präsentation ist zu schaffen; alle Gruppen sollten ihr Frisbeespiel vorführen können. In einer Reflexionsphase zu den Spielen sollte die Besonderheit jedes Spiels festgehalten werden.</p> <p>Es ist dafür zu sorgen, dass Regeln und Rahmen der noch fremden Spiele eingehalten werden, indem z. B. eine Spielerin/ein Spieler der „Erfindergruppe“ als Moderatorin/Moderator und Schiedsrichterin/Schiedsrichter eingesetzt wird. Zum Abschluss kann das Lieblingsspiel der Klasse gewählt und als Klassenspiel gespielt werden.</p>

3.3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Dieser Inhaltsbereich umfasst in seiner Breite Laufen, Springen, Werfen als Grundformen menschlicher Bewegung bis zu ihrer Ausdifferenzierung in normierten leichtathletischen Bewegungsformen.

Unter der Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“* wird z. B. die Weiterentwicklung der koordinativ – rhythmischen Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler im Vordergrund stehen. Schnelles, geschicktes, rhythmisches und ausdauerndes Laufen, Erleben des Beschleunigens, Abhebens und Fliegens bei Hoch-, Tief- und Weitsprüngen und das Werfen und Stoßen mit unterschiedlichen Materialien und Geräten bilden Schwerpunkte. Denkbare Unterrichtsvorhaben sind: *„Vielfältige Bewegungsformen des Laufens erproben und erfahren“*, *„Schnell und geschickt um und über Hindernisse laufen“*, *„Vom rhythmischen Laufen zum Hürdenlaufen“*, *„Werfen und Stoßen mit unterschiedlichen Materialien“*; *„Springen auf und über etwas – Hochsprung“*.

Wenn die Perspektive *„Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“* handlungsleitend ist, werden z. B. vorrangig Erfahrungen der eigenen Leistungsentwicklung, gemeinsam erarbeiteter Leistungen und deren sozialer Bewertung thematisiert. Dabei geht es um die Weiterentwicklung der konditionell-athletischen und der koordinativ-technisch-athletischen Fähigkeiten, verstärkt auch im Sinne ausdifferenzierter Techniken, und um die Förderung der allgemeinen Ausdauerleistungsfähigkeit und der Schnelligkeitsausdauer. Die vertiefende Behandlung und das Üben und Trainieren ausgewählter leichtathletischer Formen, z. B. Hürdenlauf, Staffellauf, Hochsprung, Weitsprung, Hoch- und Weitsprung mit dem Stab, Weit- und Zielwerfen, Drehwerfen mit verschiedenen Materialien, Werfen mit Speer und Diskus, Stoßen mit der Kugel haben einen wichtigen Stellenwert. Unterrichtsvorhaben können z. B. sein: *„Wir lernen ausgewählte leichtathletische Disziplinen näher kennen“*; *„Wir variieren leichtathletische Disziplinen“*; *„Gezielt trainieren, Leistungen verbessern“*.

Die Perspektive *„Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“* ist für den Inhaltsbereich ebenso von Bedeutung. Es ist auf einen angemessenen individuellen Umgang mit Erfolg und Misserfolg zu achten, und es sind Wettkampfsituationen so zu gestalten, dass Leistungen absolut und relativ ermittelt werden können. Der leichtathletische Mehrkampf, Ausdauersportwettkämpfe wie Duathlon und Triathlon werden hier ebenso eine Rolle spielen wie selbst entwickelte *„Spaß- und Spielolympiaden“*. *„Leistungs- und Wettkampfsituationen erfahren und gestalten“* oder *„Gruppenwettkämpfe entwickeln, dafür üben, sie durchführen und bewerten“* sind mögliche Unterrichtsvorhaben.

Eine wichtige Aufgabe besteht darin, den Schülerinnen und Schülern Erfahrungen über positive Wirkungen von Inhalten dieses Inhaltsbereiches auf ihre psychophysische Verfassung zu vermitteln und die Grundfertigkeiten Laufen, Springen, Werfen zu funktionellen Bewegungsabläufen auszubilden. Damit wird eine Grundlage für eine verstärkte Auseinandersetzung mit den Themen Gesundheitserhaltung/Gesundheitsförderung und gesundheitliche Gefahren/Risiken gelegt. Hier wird die Perspektive *„Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln“* bedeutsam. Die Vermittlung von Kenntnissen und das Aufzeigen fachlicher Zusammenhänge, z. B. durch eine gezielte Auseinandersetzung mit biologischen Grundlagen und Fragen

der Ernährungslehre, möglicherweise durch Beteiligung an fächerübergreifenden Unterrichtsvorhaben, ist insbesondere in höheren Jahrgängen anzustreben. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind: „*Ausdauerleistungsfähigkeit und Ernährung*“, „*Orientierungsläufe mit Karte und Kompass*“, „*Laufen – Springen – Werfen vielfältig erfahren*“.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** wird es zunächst vor allem um eine eher spielorientierte Vermittlung der Vielfalt des Laufens, Springens, Werfens gehen. Daneben soll die Verbesserung des individuellen Bewegungskönnens und der eigenen Leistungsfähigkeit auch über gezieltes Üben und Trainieren erfahrbar gemacht werden. Unterschiedliche Wettkampfformen und Anforderungen im Ausdauerlaufen können eine wichtige Rolle spielen. Dabei sollten vorrangig selbst gefundene und verabreichte Normen und Anspruchsebenen die Grundlagen bilden.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** ist zu berücksichtigen, dass sich Leistungsfähigkeit und Leistungsbereitschaft der Schülerinnen und Schüler vor allem geschlechtsspezifisch weiter ausdifferenzieren. Darauf sollte insbesondere bei der Unterrichtsgestaltung geachtet werden. Über die Einführung neuer Disziplinen, über interessante und abwechslungsreiche Wettkampfformen und über Kompetenzerweiterungen kann die Freude an leichtathletischen Bewegungsformen erhalten und belebt werden.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** kann der Inhaltsbereich unter Aspekten der Vertiefung und Spezialisierung behandelt werden. Hier kann es unter Einbeziehung der Selbst- und Mitbestimmung der Schülerinnen und Schüler z. B. um ausgewählte leichtathletische Disziplinen gehen. Für die Jugendlichen gewinnen körperbezogene und gesundheitliche Fragen an Bedeutung. Fitness auch als Ausdauerleistungsfähigkeit zu begreifen kann beispielsweise in einem inhaltsbereichsübergreifenden Unterrichtsvorhaben wie „*Wie lange können wir laufen, Rad fahren, Inliner fahren, Aerobic-Übungen machen, schwimmen, Rock'n Roll tanzen?*“ vermittelt werden.

In allen Jahrgangsstufen ist darauf zu achten, dass der Unterricht so oft wie möglich im Freien stattfindet.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sind mindestens sechs Unterrichtsvorhaben durchzuführen. Die Schülerinnen und Schüler sollen ihre Fähigkeiten im Laufen, Springen und Werfen weiterentwickeln. Sie müssen im Laufe ihrer Schulzeit Erfahrungen damit machen, wie sie durch Üben und Trainieren ihre Ausdauerfähigkeit, ihre koordinativen und technisch-athletischen Fähigkeiten verbessern können. Sie sollen in der Lage sein, unterschiedliche Wettkampfformen vorzubereiten und durchzuführen. Dabei kann es sich um Spielfeste genauso handeln wie um Mehrkämpfe oder einen mit Ausdauerleistungen verbundenen Sponsorenlauf.

Auf und über etwas springen – Hochsprung

In diesem Unterrichtsvorhaben geht es um die Erweiterung der Bewegungserfahrungen und die individuelle Verbesserung des Hochspringens durch verschiedene Sprungformen und -anforderungen. Dies soll zunächst auf spielerische Weise geschehen. In Absprache mit der Lerngruppe werden dann situative Rahmen gesetzt, die zunehmend auf Hochspringen zielen. In diesem Unterrichtsvorhaben wird vor allem die Perspektive „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“ akzentuiert. Durch das Kennenlernen und Ausprobieren bekannter Hochsprungstechniken erfolgt ein Einblick in die normierte Disziplin „Hochsprung“, wobei eine Verbesserung der messbaren individuellen Leistung angestrebt werden kann. Dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) ist in allen Jahrgangsstufen mit jeweils unterschiedlichen Schwerpunkten durchführbar.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Springen auf, von und über etwas</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit Benutzung von kleinen und großen Kästen, Kastentreppen, Weichböden, Turmatten, Bananenkisten, gehaltenen Gegenständen (Seil, Latte, Stange), Mattenberg, kauern den Mitschülern <p>Einbeinsprünge/Zweibeinsprünge</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Beinwechselsprünge ● Steigesprünge ● Sprung-ABC ● Spielerische Sprünge wie Drehsprünge ● Partner/Synchronsprünge ● Figurensprünge ● Rückwärtssprünge <p>Gezielt höher springen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Einbein-, Zweibein-, Steigesprünge, etc. ● Sprünge (s. o.) auf Höhe, auf oder über etwas ● kennen lernen der Hochsprungstechniken: Schersprung, Straddle, Wälzer, Flop etc. ● Hochsprungwettkämpfe (auf Höhe, auf Stil, mit verschiedenen Techniken als Teamwettbewerb) 	<p>Um die Sprungkraft und -koordination zu verbessern, müssen Gerätearrangements geschaffen, Sprungparcours aufgebaut werden.</p> <p>Es sind Wahrnehmungsaufgaben zu stellen, die das eigene Springen und das der Mitschülerinnen und Mitschüler bewusster werden lassen.</p> <p>Die Wahrnehmung sollte auf Empfindungen gelenkt werden, die sich z. B. im Vergleich über etwas/von etwas bzw. beim Springen über Mitschülerinnen und Mitschüler einstellen.</p> <p>Es sollten Aufgaben gestellt werden, die das Gestalten der Sprungbewegung und das Erfinden neuer Sprünge ermöglichen.</p> <p>Verschiedene Techniken sollen kennen gelernt und ausprobiert werden. Die günstigste Technik ist individuell zu finden. Üben als Voraussetzung zur Leistungsverbesserung sollte erfahrbar gemacht werden; besondere Anwendungsmöglichkeiten des Gelernten ergeben sich im Wettkampf.</p>

Leistungs- und Wettkampfsituationen erfahren und gestalten

In diesem Unterrichtsvorhaben geht es neben den in der Leichtathletik üblichen Wettkampfdisziplinen auch darum, Wettbewerbssituationen zu arrangieren, die die unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen und Leistungsentwicklungen der Schülerinnen und Schüler berücksichtigen. „Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“ ist leitende Perspektive. Es sind in und für Gruppen neue Wettkampfsituationen zu entwerfen und zu gestalten, wobei Akzente z. B. auf neue leichtathletische Formen, auf Konstanz von Leistungen durch mehrere hintereinander liegende Versuche oder auf zügige Durchführung von Wettkämpfen gelegt werden können. In diesem Zusammenhang kann die Perspektive „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“ leitend werden. Dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 8 Stunden) ist nicht an bestimmte leichtathletische Disziplinen gebunden und bietet sich vorzugsweise in den Jahrgangsstufen 7 und 8 an.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Leistungen absolut ermitteln</p> <ul style="list-style-type: none"> ● z. B. in Lauf-, Sprung- oder Wurfdisziplinen vor und nach Übungsphasen anhand von Tabellen ● Üben und Trainieren mit dem Ziel der Leistungsoptimierung <p>Leistungen relativ ermitteln, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hochsprung relativ zur Körpergröße/ zum Körpergewicht; z. B. beim Kugelstoßen Gewicht der Kugel im Verhältnis zum Körpergewicht/zur Körpergröße <p>Schnell laufen in Form von Spielen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Verfolgungsjagd, Umlaufstaffel, Viererverfolgung, 5000 m Weltrekord brechen durch eine Klassenstaffel ● Zwei (2 x 100 m) gegen Vier (4 x 50 m) etc. <p>Eigene Wettkampfformen entwickeln und gestalten, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Blitzwettkampf (nur ein Versuch pro Disziplin), Gruppenmehrkampf (alle Leistungen von allen Schülern werden addiert), Mehrkampf mit neuen Disziplinen (z. B. Stabweitsprung), Konstante Leistungen erbringen (10 Versuche, dabei 2 Streichresultate) 	<p>Bei der Leistungsermittlung sollte grundsätzlich eine Reflexion erfolgen mit Blick auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen, die individuelle Anstrengungsbereitschaft sowie die persönliche Leistungsverbesserung.</p> <p>Durch das Setzen unterschiedlicher Bezugspunkte wird die Relativität von Leistungen erfahrbar. Dabei sind Konsequenzen einer relativen Leistungsbewertung aufzuzeigen. Es ist Einsicht dafür zu wecken, dass eine relative Leistungsbeurteilung häufig zu einem anderen Ergebnis führt. Die Schülerinnen und Schüler sollten angeregt werden, selbstständig Leistungskriterien zu entwickeln.</p> <p>Hier können die Aspekte „Leistung“ und „Kooperation“ Schwerpunkte bilden:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● beim Laufen den Spiel- und Erlebnischarakter betonen ● durch Spielformen neue Anreize schaffen ● deutlich machen, dass Spielen und Leisten sich nicht ausschließen ● Situationen schaffen, in denen Verständigung notwendig wird ● darauf achten, dass mit Niederlagen und Gruppenerfolg angemessen umgegangen wird ● durch offene Aufgabenstellungen kreativen Umgang mit Laufen, Springen, Werfen herausfordern und anregen.

Laufen – Springen – Werfen vielfältig erfahren

In diesem Unterrichtsvorhaben wird die im Inhaltsbereich angelegte Vielfalt berücksichtigt. Die Bedeutung der materialien Umwelt, in der die Aktivitäten stattfinden, und der für Psyche und Physis so wichtige Ortswechsel ins Freie werden betont. Zwei Perspektiven werden akzentuiert: „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“ und „*Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln*“. Bewusst werden in diesem Unterrichtsvorhaben alle drei Bewegungsgrundformen berücksichtigt. Die Aktivitäten sollten alle unabhängig von der Witterung im Freien stattfinden, um das Körper- und Bewegungserleben zu intensivieren. Ein solches Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) bzw. einzelne Schwerpunkte davon können durchgängig in allen Jahrgangsstufen zum Einsatz kommen. In den Jahrgangsstufen 9/10 sollte ein Schwerpunkt auf eine intensivere Auseinandersetzung mit speziellen Techniken, eine vertiefte Kenntnisvermittlung und eine verstärkte Reflexion des eigenen Tuns gelegt werden.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Vielseitiges Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Laufen auf unterschiedlichen Untergründen mit verschiedenen Geschwindigkeiten, z. B. Wiese/Rasen, Sportplatz, Tartanbahn, Aschenbahn, Waldboden, Asphalt, auf schlammigem Untergrund, Sand, im Schnee, Erfahrungen mit Barfußlaufen, Such-, Versteck- und Fangspiele ● Dauerlaufen, z. B. eine möglichst lange Laufzeit erreichen, eine möglichst lange Strecke zurücklegen, entspannt und gesellig laufen <p>Vielseitiges Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● variantenreiches Springen auf dem Sportgelände und in natürlicher Umgebung, z. B. in die Sandgrube, über einen Graben, über einen/von einem Baumstamm, Tiefspringen in eine Sandgrube, ins Laub, Springen aus dem Geäst <p>Vielseitiges Werfen und Stoßen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Werfen und Stoßen mit unterschiedlichen Materialien in unterschiedlichen Umgebungen, z. B. mit Bällen, Steinen, Erdklumpen, Stöcken, Schneebällen, Speeren, Disken, Kugeln 	<p>Die Untergründe erfordern ein jeweils anderes Laufen und führen zu unterschiedlichen Körpererfahrungen. Das eigene und fremde Laufen ist auf diese Veränderung hin zu beobachten und zu reflektieren.</p> <p>Es geht um die Förderung des Wohlbefindens und der Ausdauerleistungsfähigkeit. Durch Gespräche während des Laufens (Geschichten, Witze, Rätsel) bleibt das Laufen im aeroben Leistungsbereich. Es können die Pulsfrequenz ermittelt, auf Zusammenhänge von Schwitzen und Flüssigkeitszufuhr, von Ausdauerleistung und Ernährung hingewiesen werden. Fächerübergreifendes Arbeiten ist anzustreben.</p> <p>Der Lern- und Erlebnisgehalt wird dann besonders hoch sein, wenn es gelingt, das Gefühl des Fliegens erfahrbar werden zu lassen. Leitende Gesichtspunkte hierbei sind: probieren, erfinden, kennen lernen, verbessern, geschickter werden, weiter springen.</p> <p>Werfen und Stoßen im Gelände zielen primär auf (Natur) Erlebnis, Spaß, Erfahrung. Wenn das Werfen, Stoßen über das Kennen lernen und Ausprobieren hinausgeht, ist eine intensive methodisch fundierte Hinführung notwendig.</p>

3.4 Bewegen im Wasser – Schwimmen

Sicheres Schwimmen ist unabdingbare Voraussetzung für alle Wassersportarten und hat unter Umständen lebensrettende Bedeutung. Deshalb ist es notwendig, Schwimmunterricht in ausreichendem Maße zu gewährleisten. Kinder, die beim Übergang in die Gesamtschule noch nicht schwimmen können, müssen das *sichere* Schwimmen erlernen.

Der Inhaltsbereich umfasst viele mit dem Erlebnisraum Wasser verbundene Aktivitäten: Wasserspringen, Sportschwimmen, Rettungsschwimmen, spielerisches Bewegen mit und ohne Materialien, Wassersportspiele, Schnorcheln und Tauchen bis zu Formen des ästhetischen Schwimmens (z. B. Synchronschwimmen). Es ist darauf zu achten, ein breites Fundament von Erfahrungen und koordinativen Mustern in den verschiedenen Bereichen zu schaffen, Freude im Bewegungsraum Wasser zu wecken und Wassersicherheit zu vermitteln.

Für die Umsetzung solcher Ziele ist die Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“* handlungsleitend, denn es gilt vielfältige Erfahrungen und Erlebnisse in Bezug auf die Wassergewandtheit zu ermöglichen und grundlegende Bewegungsmuster zur Schulung des Bewegungsgefühls im Wasser zu erarbeiten. Die spezifischen Eigenschaften des Wassers bewirken körperliche Reaktionen und intensive Körperempfindungen, die außerhalb des Wassers nicht möglich sind. Sie können für die Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit genutzt werden. Unterrichtsvorhaben wie *„Über die Verbesserung des Bewegungsgefühls Sicherheit im Wasser gewinnen“*, *„Einen Tauchgarten bewältigen“* sind hier Beispiele.

Einige der mit dem Erlebnisraum Wasser verbundenen Aktivitäten wie das Wasserspringen, das Tauchen oder das Rettungsschwimmen legen es nahe, die Perspektive *„Etwas wagen und verantworten“* zu berücksichtigen. Ein mögliches Unterrichtsvorhaben ist *„Die Erlebniswelt Wasser entdecken und etwas wagen“*.

Auch sind die Möglichkeiten der Perspektive *„Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“* durch geeignete Aufgabenstellungen z. B. beim Wasserspringen, beim Synchronschwimmen oder bei der Wassergymnastik zu nutzen.

Die Perspektive *„Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“* kann bedeutungsvoll sein, wenn Schülerinnen und Schüler lernen, eine längere Strecke sicher und in angemessener Zeit zu bewältigen, über bestimmte Distanzen zügig und problemlos zu tauchen oder ihre Fähigkeit zum schnelleren Schwimmen weiter zu entwickeln. Unterschiedliche Wettkampfformen können die Einsicht fördern, dass Leistungen durch soziale Vereinbarungen und Vergleich ermittelt werden. Unter Akzentuierung dieser Perspektive sind folgende Unterrichtsvorhaben denkbar: *„Ausgewählte Schwimmtechniken und die entsprechenden Starts und Wenden näher kennen lernen“*, *„Taucherfahrungen machen, Tauchaufgaben lösen“*.

Häufiges und regelmäßiges Schwimmen und Baden haben ein großes gesundheitsförderndes Potenzial. Es besteht vor allem in den positiven organischen und orthopädischen Auswirkungen, in den Erfahrungen der Anspannung und Entspannung und im Erleben des körperlichen Wohlbefindens. Hier kommt der Perspektive *„Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln“* eine zentrale Bedeutung zu. Unterrichtsvorhaben, die gesundheitserzieherische Aspekte thematisieren,

könnten sein: „Aqua-jogging – eine Form gesundheitsbewusster Ausdauerbelastung“, „Gesundes Schwimmen – Rückenschwimmen“.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** soll die Vielfalt der Bewegungsmöglichkeiten im Wasser erschlossen werden. Das Ziel in dieser Doppeljahrgangsstufe ist es, dass *alle* Schülerinnen und Schüler am Ende dieser Stufe *sicher* schwimmen können. Dabei ist zu beachten, dass in der Regel die überwiegende Anzahl der Kinder zu Beginn der Sekundarstufe I bereits schwimmen kann und ein Teil die Fähigkeit noch erlernen muss. Diese Heterogenität erfordert eine Abstimmung sowohl im Hinblick auf die Organisationsformen als auch in Bezug auf inhaltliche Entscheidungen. Für Gesamtschulen mit einem hohen Anteil von Schülerinnen aus anderen Kulturkreisen empfiehlt es sich, schwerpunktmäßig Schwimmunterricht in Klasse 5 zu erteilen, weil zu einem späteren Zeitpunkt ethnisch bzw. religiös begründete Probleme hinsichtlich der Teilnahme am Schwimmunterricht aufgeworfen werden könnten.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** kann es für viele Mädchen und Jungen zu Problemen und Verunsicherungen bezüglich ihrer sich verändernden Körperlichkeit kommen. Es ist wichtig, behutsam und reflexiv auf diese Probleme einzugehen. Um den unterschiedlichen Dispositionen in dieser Altersstufe gerecht zu werden, sind anregende, erlebnisorientierte Aufgabenstellungen zu wählen, Anforderungen im Ausdauerschwimmen zu stellen und das Erlernen und Festigen von Schwimmtechniken, Starts und Wenden in den Vordergrund zu rücken.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** sollen die Vermittlung von Kenntnissen um die Gefahren des Wassers und die Fähigkeit, sich selbst und andere zu retten, Schwerpunkte sein. Daneben können Wassersportspiele, Schwimmtechniken sowie das ausdauernde Schwimmen im Zentrum stehen. Gesundheitserzieherisch bedeutsame Aspekte auch im Hinblick auf die spätere Berufs- und Arbeitswelt können thematisiert werden. Fächerübergreifende Projekte bieten hierzu besondere Möglichkeiten.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sind mindestens *sechs Unterrichtsvorhaben* durchzuführen. In der Regel sollen in jeder Doppeljahrgangsstufe zwei Unterrichtsvorhaben durchgeführt werden, wobei es sich fast immer um längere Vorhaben (10 Stunden) handeln dürfte, um den Lernerfolg zu sichern. Es kann aber pädagogisch und organisatorisch auch notwendig und sinnvoll sein, in der Doppeljahrgangsstufe 5/6 eine größere Anzahl an Unterrichtsvorhaben zu realisieren, besonders dann, wenn es um das Erlernen des sicheren Schwimmens geht. Die Schülerinnen und Schüler sollen lernen, sicher und ausdauernd zu schwimmen; sie sollen kopf- und fußwärts ins Wasser springen und tauchen können. Es sind mindestens zwei Schwimmtechniken zu erlernen, wobei aus gesundheitlichen Gründen eine Technik in Rückenlage zu wählen ist. Verbindlich für alle Schülerinnen und Schüler ist der Erwerb des Deutschen Jugendschwimmabzeichens in Bronze. Es ist anzustreben, dass sie auch das Deutsche Jugendschwimmabzeichen in Silber erwerben.

Über die Verbesserung des Bewegungsgefühls Sicherheit im Wasser gewinnen

<p>Dieses Unterrichtsvorhaben ist in erster Linie für Schülerinnen und Schüler geeignet, die bereits schwimmen können. Mit der Verbesserung des Bewegungsgefühls im Wasser wird eine Voraussetzung geschaffen, sich im Wasser sicher bewegen zu können. Leitende Perspektive ist „<i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern</i>“. Das Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) sollte vor allem in den Jahrgängen 5/6 zum Einsatz kommen.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Wasservertrautheit vertiefen und Wassergewandtheit verbessern, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Übungen zum Ausatmen gegen den Wasserwiderstand oder zum Gleiten ● vorwärts, rückwärts, seitwärts rollen <p>Den Auftrieb liegend im Wasser erfahren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch spielerisches Figureschwimmen <p>Den Antrieb durch verschiedene Formen von Zugbewegungen im Wasser erzeugen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit Armunterstützung laufen ● durch Scheibenwischerschwimmen <p>Sicher gleiten und ruhig atmen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● weit durchs Wasser gleiten ● Brustgleiten mit anschließendem Drehen in die Rückenlage ● gleiten mit ruhigem Schwimmszug ● unter Wasser vom Rand abstoßen und durchs Wasser gleiten ● schwimmen einer möglichst langen Strecke mit zwei, drei, vier etc. Schwimmszügen ● in unterschiedlichen Schwimmlagen schwimmen 	<p>Diese Gewöhnungsphase ist mit vielfältigen Bewegungsformen im und unter Wasser so zu gestalten, dass insbesondere ängstliche Kinder die Scheu vor dem Wasser verlieren.</p> <p>Der Wirkungszusammenhang von Auftrieb sichern, Antrieb erzeugen und Widerstand nutzen ist das grundlegende Problem für alle Fortbewegungen im Wasser. Das soll von den Schülerinnen und Schülern erfahren und begriffen werden. Die Lösungen der entsprechenden Bewegungsaufgaben sollten verglichen und in ihrer Funktion deutlich werden.</p> <p>Hektisches Bewegten im Wasser verstärkt bei ängstlichen Schülerinnen und Schülern die Unsicherheit. Bewusst ruhige Bewegungen lassen dagegen die Trageigenschaften des Wassers erspüren und geben Sicherheit. Auch Geübte können ihr Schwimmverhalten dadurch verbessern. Die Aufmerksamkeit der Schülerinnen und Schüler sollte auch vermehrt auf das Spüren und Nutzen des Wasserwiderstands oder auf das gleichmäßige und ruhige Atmen gelenkt werden.</p>

Die Erlebniswelt Wasser entdecken und etwas wagen

<p>Dieses Unterrichtsvorhaben soll das sichere und angstfreie Bewegen im Schwimmbad und in freien Gewässern fördern. Dazu sind vielfältige Bewegungserlebnisse im Wasser zu ermöglichen. Herausfordernde Aufgabenstellungen fördern Selbsteinschätzung, Selbstbewusstsein und verantwortungsvolles Handeln der Schülerinnen und Schüler. Die bestimmende Perspektive für dieses Vorhaben (ca. 8 Stunden) ist „<i>Etwas wagen und verantworten</i>“. Das Unterrichtsvorhaben ist für die Jahrgänge 5 bis 8 geeignet.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Vertrauen und Sicherheit durch vielfältige Bewegungsformen und Spiele in verschiedenen Wassertiefen gewinnen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch Schieben und Ziehen oder freie Partnerführung mit geschlossenen Augen ● durch Fangspiele, Ballspiele etc. 	<p>Für diese Aufgaben eignen sich viele kleine Spiele mit und ohne Ball, die den Schülerinnen und Schülern meist bekannt sind, sowie Übungen aus dem Rettungsschwimmen oder kleine Gruppenwettkampfformen, bei denen vielfältige Materialien eingesetzt werden können, vom Schwimmbrett bis zur Luftmatratze.</p>
<p>Sich auf schwankenden Untergrund wagen und das Gleichgewicht halten, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch das Balancieren auf Schwimmbrettern, Reifen, Luftmatratzen, Schwimmmatten etc. 	
<p>Das Schwimmen unter erleichterten und erschwerten Bedingungen ausprobieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit Flossen ● beim An- und Ausziehen im Wasser ● bei Spielen und Staffeln mit Kleidertausch 	<p>Bestimmte Bedingungen erleichtern oder erschweren das Schwimmen. Erfahrungen mit erschwerten Bedingungen erfordern Mut und Verantwortung und können das Selbstwertgefühl nachhaltig beeinflussen.</p>
<p>Beim Wasserspringen das Wagnis kalkulieren und seinen Mut erproben, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch das Vor- und Nachmachen von Sprüngen, ● das Springen durch Reifen ● das gemeinsame Springen (Paarspringen) 	
<p>Die Unterwasserwelt entdecken und mit der Angst umgehen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● bei verschiedenen Spielformen unter Wasser (Tunneltauchen, Tauchfangspiele, Delfin – Shows, Hörspiele etc.) ● durch gezielte Weit- und Tieftauchübungen 	<p>Offene Aufgabenstellungen eignen sich besonders, um den individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler gerecht zu werden. Es kann förderlich sein, wenn Absprung, Fliegen, Halten des Gleichgewichts bereits in anderen Inhaltsbereichen thematisiert wurden.</p> <p>Spielformen helfen insbesondere jüngeren Schülerinnen und Schülern, Sicherheit beim Tauchen zu gewinnen und Ängste abzubauen.</p> <p>Sicherheitsaspekte beim Tauchen sind immer in geeigneter Form mit zu thematisieren.</p>

Sich selbst und andere retten können

Dieses Unterrichtsvorhaben hat eine hohe lebenspraktische Bedeutung. Anhand von Rettungssituationen sollen Möglichkeiten des angemessenen Reagierens, Handelns und Rettens erarbeitet und eingeübt werden. Dabei geht es um die Entwicklung der Fähigkeiten der Selbst- und Fremdrerettung. Es gilt zu lernen, welche Risiken im Wasser bestehen können und wie sie durch *kooperatives, verantwortungsbewusstes* Verhalten und durch das erfolgreiche Üben von Selbst- und Fremdrerettungsmaßnahmen reduziert werden können. Bei diesem Vorhaben (ca. 10 Stunden) wird davon ausgegangen, dass Grundlagen, wie insbesondere sicheres, ausdauerndes, schnelles Schwimmen, Tauchen, Schwimmtechniken, Wasserspringen vorhanden sind. Es eignet sich insbesondere für die Jahrgänge 9/10.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Sich selbst retten lernen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Kleiderschwimmen, Ausziehen der Kleidung im Wasser ● angemessenes Verhalten, z. B. bei Erschöpfung, bei Krämpfen, bei Unfällen mit der Luftmatratze bewusst machen und ggf. erproben <p>Andere retten können</p> <ul style="list-style-type: none"> ● zu dritt/zu zweit einen Erschöpften transportieren ● allein einen Erschöpften transportieren, schleppen, ziehen ● Erschöpfte mit Kleidern transportieren ● Erschöpfte an Land bringen ● ausgewählte Maßnahmen zur Wiederbelebung lernen <p>Angemessenes Handeln in Rettungssituationen üben, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Rettungsmaßnahmen mit Hilfsmitteln wie Stangen, Bälle, Ringe etc. ● richtiges Springen bei einem „Rettungseinsatz“ ● Schwimmtechniken beim Anschwimmen mit und ohne Hilfsmittel ● Verhalten am Unfallort bei einem Ermüdeten, Ertrinkenden, Bewusstlosen 	<p>Erste Voraussetzung für kompetentes Verhalten im Wasser ist die Fähigkeit zur Selbstrettung.</p> <p>Wenngleich es schwierig ist, Situationen zur Selbstrettung zu simulieren, sollte nach entsprechenden Möglichkeiten gesucht werden.</p> <p>Für die Bewältigung komplexer Rettungssituationen ist das kompetente Handeln in überschaubaren Situationen Voraussetzung.</p> <p>Maßnahmen zur Wiederbelebung können nicht umfassend im Sportunterricht allein gelernt werden. Deshalb sollte unbedingt die Zusammenarbeit z. B. mit dem Fach Biologie gesucht werden.</p> <p>Hier bietet es sich an, Gruppen Rettungssituationen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad einschließlich entsprechender Lösungsmöglichkeiten entwickeln zu lassen.</p> <p>Dieses Unterrichtsvorhaben könnte mit dem Erwerb des „Juniorrettungsscheins“ bzw. des „Deutschen Rettungsschwimmabzeichens der DLRG – Bronze oder Silber“ abschließen (u. U. in Kooperation mit außerschulischen Partnern).</p>

3.5 Bewegen an Geräten – Turnen

Der Inhaltsbereich umfasst in der Sekundarstufe I elementare Bewegungstätigkeiten an Geräten, Elemente der Akrobatik und turnerische Bewegungsformen. Er bietet die Möglichkeit alle sechs Perspektiven begründet zu berücksichtigen.

Durch Akzentuierung der Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“* können die Schülerinnen und Schüler individuell dabei unterstützt werden, sich mit ihren Bewegungen an Geräte anzupassen, ihre Bewegungsfähigkeiten an Geräten spielerisch-entdeckend zu festigen und zu erweitern und ihre koordinativen Fähigkeiten zu entwickeln. Dabei sollen vor allem die differenzierte Wahrnehmung des eigenen Körpers und seiner Aktionsmöglichkeiten und die vestibuläre, kinästhetische und taktile Wahrnehmung im Vordergrund stehen. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind in diesem Zusammenhang: *„Sich vielfältig an Geräten bewegen – bewegungssicher werden“*, *„Spannung und Gleichgewicht“*, *„Wir gestalten eine Bewegungsbaustelle“*, *„Wir üben für eine Zirkusvorstellung“*.

Ein weiterer Zugang zum Turnen an Geräten kann unter der Perspektive *„Etwas wagen und verantworten“* gewählt werden. Turnerische Bewegungsarrangements beinhalten fast immer auch den Reiz des Ungewissen, des Wagnisses. Hier kann der individuell angemessene Umgang mit der Angst, der richtige Umgang mit risikoreichen Situationen und die Übernahme von Verantwortung für sich selbst und andere erlernt werden. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind hier: *„Die Schwerkraft erspüren und überwinden“*, *„Unser Wagnisparcours“*, *„Klettern in und außerhalb der Schule“*.

Das Bewegungsfeld kann auch stärker unter der Perspektive *„Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“* akzentuiert werden, wobei sich das Bewegen an Geräten mehr an Gestaltungs- und Qualitätsgesichtspunkten orientieren wird, z. B. im Variieren und Gestalten von Bewegungsaufgaben und in der rhythmischen Kombination von Bewegungssequenzen. Die Perspektive *„Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“* wird dann bedeutsam, wenn die partner- und gruppenbezogene Auslegung von turnerischen Bewegungstätigkeiten oder die Gestaltung von Wettkampfmöglichkeiten im Vordergrund stehen sollen. Hinzu kommen Möglichkeiten der Gestaltung von Räumen und des Bauens, Erprobens, Veränderns von Bewegungsgelegenheiten. Denkbare Unterrichtsvorhaben sind: *„Partner- und Gruppenakrobatik“*, *„Miteinander Springen“*, *„Gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern turnen“*, *„Rhythmisches Turnen in Gruppen“*, *„Attraktive Wettkampfmöglichkeiten im Turnen selbst entwickeln“*.

Unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Fähigkeiten und Neigungen der Schülerinnen und Schüler kann es sinnvoll sein, Unterrichtsvorhaben stärker unter der Perspektive *„Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen“* zu planen. Zum Beispiel kann in dem Unterrichtsvorhaben *„Eigene Schwerpunkte beim Bewegen an ausgewählten Geräten finden und gezielt verbessern“* das Erlernen normierter turnerischer Bewegungsformen und -folgen angestrebt werden.

Unter der Perspektive *„Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln“* kann der Inhaltsbereich verstärkt unter Aspekten der Haltungsschulung, der Fitness und der Kräftigung ausgelegt werden, z. B. in dem Unterrichtsvorhaben *„Ausgewählte Aspekte der Fitness beim Bewegen an Geräten verbessern“*.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** ist zu bedenken, dass der spontane kindliche Zugang zu turnerischen Bewegungsaufgaben bereits verloren gegangen sein kann. Deshalb wird es besonders darauf ankommen, über offene Bewegungsaufgaben Bewegungsgefühl, Geschicklichkeit, Beweglichkeit und Kraft der Schülerinnen und Schüler zu fördern.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** müssen die entwicklungsbedingten und geschlechtsspezifischen Voraussetzungen berücksichtigt werden. Differenzierende, gruppenbezogene und offene Bewegungsaufgaben werden deshalb wesentlicher Bestandteil der Unterrichtsvorhaben sein.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** ist darauf zu achten, dass Schülerinnen und Schüler ihre Vorstellungen des Sich-Bewegens an Geräten, von Körperausdruck und Körperdarstellung, von Sich-Messen und Leistungsvergleich, von Gesundheit und Fitness in höherem Maße als bisher mit einbringen können.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sind mindestens *sechs Unterrichtsvorhaben* zu unterrichten. Jede Schülerin und jeder Schüler soll grundlegende turnerische Erfahrungen in der Auseinandersetzung mit Geräten machen. Dazu gehört, dass Körperspannung gehalten werden kann, dass sicheres Stützen, Hängen und Schwingen beherrscht wird, dass auch in ungewöhnlichen Körperlagen und bei einfachen Drehungen die Orientierung nicht verloren geht, dass sicher über Geräte gesprungen und gelandet wird. Ferner gehören dazu kreatives und eigenständiges Deuten der in den Geräten liegenden Möglichkeiten sowie die Erfahrung durch beharrliches Üben, akrobatische Kunststücke oder einfache Bewegungsfolgen an ausgewählten Geräten oder Gerätekombinationen mit Bewegungsfluss und Bewegungskontrolle turnen zu können. Es ist zu gewährleisten, dass jede Schülerin und jeder Schüler die Gelegenheit hat, die erworbenen Fähigkeiten in eine Präsentation (z. B. Zirkusvorstellung, Aufführung anlässlich eines Schulfestes bzw. eines Elternabends) einzubringen. Weiterhin müssen grundlegende Kompetenzen im Helfen, Sichern und Korrigieren vermittelt werden.

Sich vielfältig an Geräten bewegen – bewegungssicher werden

<p>Das Unterrichtsvorhaben soll dazu beitragen, dass die Schülerinnen und Schüler die vielfältig vorhandenen Möglichkeiten zum Bewegen an Geräten für sich entdecken, dabei Bewegungssicherheit erlangen und den eigenen Körper bewusst wahrnehmen und beherrschen lernen. Auf eher spielerische, erlebnisbetonte Weise können turnerische Grundfertigkeiten in großer Breite erworben werden. Im Vordergrund steht die Perspektive: „<i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern</i>“. Das Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) sollte vorzugsweise in den Jahrgangsstufen 5/6 durchgeführt werden.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Sich in der Bewegung kontrollieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Körperspannung und -entspannung spüren und nutzen (z. B. beim Balancieren auf Tau, Bank, Wackelbrett, Reckstange oder Balken, beim Stützschwüngen am Barren, bei der Kerze am Boden, beim Handstehen oder beim Landen nach einem Sprung) ● Orientierung finden (z. B. beim Rollen am Boden, beim Bewegen in Gerätelandschaften, bei Umschwüngen am Reck oder Stufenbarren) <p>Die Schwerkraft erspüren und überwinden, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● beim Schwingen an Ringen, Tauen, am Trapez oder Reck ● beim Turnen von unten nach oben am Stufenbarren, Kletterseil, Reck oder an der Kletterstange ● durch Klettern an der Kletterwand ● durch Springen und Überspringen <p>Die Geschicklichkeit herausfordern, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● beim Drehen und Schwingen an Ringen, am Trapez oder Reck ● beim Erobern von Bewegungslandschaften ● beim Balancieren auf Bank oder Balken 	<p>Bei allen Aufgaben geht es um das Erleben der Körperspannung in unterschiedlicher Intensität und Komplexität. Die Aufmerksamkeit sollte auf spezifische Aspekte der Körperspannung gelenkt werden, wobei das Anspruchsniveau der Aufgaben jeweils individuell auf die Schülerinnen und Schüler abgestimmt werden sollte.</p> <p>Orientierungsfähigkeit ist eine nicht nur für das Turnen bedeutende koordinative Fähigkeit, die systematisch ausgebildet werden muss.</p> <p>Der Vergleich von Erfahrungen mit der Schwerkraft in unterschiedlichen Anforderungssituationen ermöglicht Schülerinnen und Schülern unmittelbar die Einsicht, welche Techniken zu entwickeln sind, um die Schwerkraft optimal nutzen oder überwinden zu können.</p> <p>Der sachgerechte und sichere Umgang mit Geräten muss frühzeitig eingeübt werden, um selbstständiges Bewegen an Geräten zu ermöglichen. Bewegungslandschaften bieten vielfältige Anwendungsmöglichkeiten des Gelernten. Sie können von den Schülerinnen und Schülern auch selbst gestaltet werden.</p>

Gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern turnen

<p>In diesem Unterrichtsvorhaben werden die Partner- und Gruppenbezüge im Turnen in besonderer Weise aufgegriffen, akzentuiert und intensiviert. Es besteht ein enger Bezug zu der Perspektive „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“. Aber auch die Perspektive „Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“ ist hier bedeutend. Dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) ist besonders geeignet, differenziert die individuellen turnerischen Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler zu fördern. Es eignet sich für die Jahrgangsstufen 5 bis 8.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Partner- und Gruppenbezüge im Turnen aufsuchen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit 1 oder 2 Partnern als Hilfe, als Hindernis, als Begleiter turnen ● mit Partner(n) synchron/asynchron/zyklisch turnen ● gemeinsam, aber abwechselnd eine vorgegebene Bewegungsfolge turnen ● aufeinander zu/voneinander weg/übereinander hinweg turnen <p>Partnerübungen entwickeln, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● an verschiedenen Geräten einzelne Elemente paarweise synchron turnen (Boden, Reck, Balken, Ringe oder Trapez) ● Bewegungsfolgen an verschiedenen Geräten synchron turnen ● Übungen gemeinsam beginnen und gemeinsam enden lassen, wobei Zwischenelemente individuell gestaltet werden ● turnerische Partnerelemente entwickeln und üben und sie dann in eine Partnerübung einbauen, z. B. Doppelrolle, Doppelrad, Partnerüberschläge etc. <p>Möglichkeiten zum Gruppenturnen finden, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● an Geräten eine Bewegungsfolge für eine Gruppe entwickeln (z. B. mit Kästen) ● Gerätearrangements zusammenstellen und in Gruppen daran turnen (z. B. Kästen, Bänke, Matten kombinieren) ● in der Gruppe unter Konditionsaspekten endlos turnen ● Turnen an „Nichtturngeräten“ in Kleingruppen (Gymnastikstäbe, Mattenwagen, Stühle etc.) 	<p>Nacheinander turnen, synchron turnen, gleichzeitig Verschiedenes mit gleichem Rhythmus turnen, an Gerätekombinationen turnen, nach Musik turnen sind geeignete Möglichkeiten zum Gruppenturnen und sollten vorgestellt und angeregt werden. Gemeinsames Turnen setzt Kompetenzen in der aktiven Mitarbeit, im gegenseitigen Helfen, Unterstützen und Sichern voraus. Diese Fähigkeiten müssen erhalten und erweitert werden.</p> <p>Anfangs müssen den Schülerinnen und Schülern verstärkt Hilfen für die synchrone turnerische Arbeit gegeben werden (Nutzen von Auftaktbewegungen, mit einfachen Übungen anfangen, Blickkontakt mit der Partnerin/dem Partner halten etc.). Es eignen sich alle Geräte – auch in Kombination – zum gemeinsamen Turnen.</p> <p>Das Üben einzelner Elemente aus einer Bewegungsfolge ist notwendig.</p>

Attraktive Wettkampfmöglichkeiten im Turnen selbst entwickeln

<p>In diesem Unterrichtsvorhaben steht die Bewährung des Gelernten, vor allem im Wettkampf im Vordergrund. Durch Wettkampfsituationen wird die Leistungsmotivation in pädagogisch wünschenswerter Weise gefördert; unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen müssen dabei berücksichtigt werden. Die Perspektive „<i>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen</i>“ ist daher in diesem Vorhaben bedeutsam. Wettkämpfe können Einzel- oder Gruppenwettkämpfe sein, sie können sich an genormten Wettkämpfen orientieren oder eher ungewöhnliche Aufgaben umfassen. Die breite Palette turnerischer Wettkampfmöglichkeiten ist in diesem Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) bewusst zu machen und exemplarisch unter der Perspektive „<i>Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen</i>“ zu entfalten. Das Unterrichtsvorhaben eignet sich für die Jahrgangsstufen 7 bis 10.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Wettkämpfe entwickeln Individual- und Gruppenwettkämpfe erleben und neue Formen entwickeln, z. B. Wettkampf für Sechsergruppen als Gruppenwettkampf:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Synchronturnen am Boden mit einer Partnerin/einem Partner (dreimal) (Beurteilungskriterium Synchronität) ● Wanderspringen an kleinen Kästen und Minitramp zu dritt (zweimal) (Beurteilungskriterium Anzahl der geturnten Platzwechsel) ● Aufschwung (sechsmal) (Beurteilungskriterium Größe der Hilfe) ● fließendes Gruppenturnen am Kasten zu sechst (Beurteilungskriterium Anzahl der unterschiedlichen Bewegungsformen und Bewegungsfluss) <p>Einen entwickelten Wettkampf erproben</p> <ul style="list-style-type: none"> ● gefundene Wettkämpfe selbst erproben und ggf. verbessern ● Beurteilungskriterien testen und ggf. verbessern oder anpassen <p>Üben, Wettkämpfen und Auswerten</p> <ul style="list-style-type: none"> ● den eigenständig gefundenen Wettkampf durchführen und auswerten; evtl. notwendige Korrekturen festhalten ● einen Wettkampf evtl. mit anderen Klassen unter Schülerregie wiederholen 	<p>Durch entsprechend aufgearbeitete Beispiele ergeben sich für die Schülerinnen und Schüler Anregungen für das eigene Gestalten entsprechender Wettkämpfe. Diese können selbst entworfen, erprobt und vorgegeben werden. Beurteilungsmaßstäbe sind ebenfalls zu entwickeln, wie auch die Durchführung ganz in die Hände der Schülerinnen und Schüler gelegt werden kann. Wettkämpfen verlangt nach Offenheit des Ausgangs. Dieser Aspekt sollte bei der Entwicklung eine besondere Rolle spielen.</p> <p>Zu jedem Wettkampf gehört die beharrliche Vorbereitung. Die Schülerinnen und Schüler sollten angeregt werden, sich gemeinsam in Teams Ziele zu setzen und diese durch intensives Üben zu verfolgen.</p> <p>Unter dem Aspekt des Kooperierens kann es pädagogisch ergiebig sein, auch für andere Schülergruppen diesen Wettkampf unter Schülerleitung vorzubereiten und durchzuführen.</p>

3.6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Das Spektrum dieses Inhaltsbereichs umfasst vielfältige Formen der Gymnastik, des Tanzes und der Bewegungskünste. Es entfaltet sich von der gestalterischen Auseinandersetzung mit gymnastischen Grundformen bis hin zum Bewegungstheater, vom Erlernen und Tanzen standardisierter Tänze bis zur selbst entwickelten tänzerischen Gestaltung in Formen des Elementaren Tanzes, vom geschickten Umgang mit Handgeräten und Materialien bis zu anspruchsvollen Bewegungskunststücken. Der besondere Reiz des Inhaltsbereiches liegt in der Synthese von sportlichen, ästhetischen und kreativen Komponenten.

Um der kulturellen und sozialen Vielfalt im Schülerspektrum der Gesamtschule gerecht zu werden, sollte dieser Inhaltsbereich auch über Ansätze erschlossen werden, die einen unmittelbaren Bezug zur Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler erkennen lassen. Sie lassen sich insbesondere in den Tanzformen der Jugendlichen (z. B. Diskotänze, Hiphop, Breakdance, Rap u. a.) finden. Das Erlernen und Nachtanzen von Folkloretänzen kann der kulturellen Vielfalt Rechnung tragen und helfen, ein Bewusstsein für unterschiedliche kulturelle Traditionen zu wecken.

Für die Erschließung dieses Inhaltsbereiches ist insbesondere die Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“* leitend. Es geht darum, Erfahrungen in der Vielfalt von Tanz- und Bewegungsgrundformen zu erschließen. Dazu eignen sich z. B. Unterrichtsvorhaben wie *„Wir entdecken den Einfluss unterschiedlicher Musik auf unsere Bewegung“*, *„Sich mit Geräten, Objekten und Materialien auseinandersetzen, ihre Möglichkeiten erproben und für Gestaltungen nutzen“* oder *„Tänze kennen lernen und variieren“*.

Mit zunehmender Vielfalt von Bewegungserfahrungen und beherrschten Bewegungsgrundformen und Kunststücken erweitert sich das Repertoire an Ausdrucks- und Gestaltungsmöglichkeiten, so dass die Förderung kreativer Prozesse durch Akzentuierung der Perspektive *„Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“* zunehmend ins Zentrum der pädagogischen Arbeit rückt. Mit Geräten und Materialien geschickt umzugehen, Kunststücke zu erfinden, zu erproben, zu üben und zu präsentieren können Herausforderungen darstellen, die den Schülerinnen und Schülern helfen, sich nachhaltig damit auseinander zu setzen, ihre eigene Fähigkeiten zu erproben und Selbstbestätigung zu erfahren. Erfahrungssituationen bieten sich hier z. B. in den Bereichen Jonglage, Rope-Skipping, Double Dutch, aber auch im als Kunststück zu verstehenden Umgang mit dem Fußball, Basketball oder Volleyball an. Damit kann gerade auch Jungen, die diesem Inhaltsbereich häufig distanziert gegenüberstehen, eine Chance eröffnet werden, kreatives Bewegungshandeln und seine Präsentation zu erleben und für sich zu akzeptieren. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind z. B. *„Klang, Rhythmus und Musik als Impulse zur Bewegungsgestaltung nutzen“*, *„Bewegungskünste entwickeln und präsentieren“* oder auch inhaltsbereichsübergreifende Unterrichtsvorhaben wie *„Mit turnerischen und gymnastisch-tänzerischen Elementen Bewegungstheater gestalten“* oder *„Gemeinsam auf Rollen tanzen“*. Hierbei sollte immer auch Wert gelegt werden auf Partner- und Gruppenarbeit, auf gemeinsames Bewegen, Gestalten und Präsentieren.

Unterschiedlichen Interessen und Bewegungsbedürfnissen von Mädchen und Jungen kann einerseits dadurch Rechnung getragen werden, dass für bestimmte Un-

terrichtsvorhaben eine vorübergehende geschlechtsspezifische Differenzierung geplant wird. Andererseits können unterschiedliche Ausdrucksfähigkeiten und -präferenzen von Mädchen und Jungen produktiv und bereichernd wirken, so dass der Unterricht immer wieder zusammengeführt werden sollte, um koedukative Zielsetzungen nicht aus dem Auge zu verlieren.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** sollen die Schülerinnen und Schüler neben dem Erlernen und Üben grundlegender Bewegungselemente dazu ermutigt werden, mit den bereits beherrschten Bewegungsmöglichkeiten kreativ-gestalterisch umzugehen. Das kann zunächst bedeuten, Bewegungsabläufe zu rhythmisieren. Bewegungsverbindungen und -variationen – auch zu Klang und Musik – sollen erprobt und präsentiert werden. Darüber hinaus sollten auch Unterrichtsvorhaben aus dem Bereich der Bewegungskünste gewählt werden.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** kann die kreativ-gestalterische Auseinandersetzung mit Materialien und Objekten helfen, Verunsicherungen in der Körperidentität zu überwinden und zur Handlungssicherheit zu finden. Dies gilt sowohl für eine rhythmisch-gestalterische Orientierung im Umgang mit Geräten und Materialien als auch für einen auf Geschicklichkeit hin ausgelegten Umgang im Sinne von Kunststücken. So lassen sich geschlechtsspezifische oder individuelle Interessen aufgreifen und für gestalterische Prozesse nutzen.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** können die bis dahin erworbenen gestalterisch-kreativen Fähigkeiten weiter ausdifferenziert und in größere Zusammenhänge gestellt werden. Hierzu eignen sich insbesondere themenbezogene Gestaltungen und Formen des Bewegungstheaters, komplexere Vorhaben wie die Vorbereitung einer Aufführung für ein Schul-, Spiel- und Sportfest ebenso wie inhaltsbereichsübergreifende Unterrichtsvorhaben sowie fächerverbindende Projekte, die eine intensive Auseinandersetzung mit Bewegung, Rhythmus und Musik fördern.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I muss die Vielfalt des Inhaltsbereiches in mindestens *sechs Unterrichtsvorhaben* entfaltet und exemplarisch vertieft werden. Davon sollen mindestens zwei Unterrichtsvorhaben dem rhythmisch-gestalterischen Bereich und mindestens zwei Unterrichtsvorhaben dem Bereich der Bewegungskünste zugeordnet werden. Die Schülerinnen und Schüler sollen formbezogene, rhythmisch-dynamische und räumliche Qualitätskriterien des Bewegens kennen und im eigenen Bewegen umsetzen können. Sie sollen auch befähigt werden, erarbeitete Fähigkeiten und Fertigkeiten in eine Präsentation einzubringen.

Klang, Rhythmus und Musik als Impulse für Bewegungsgestaltung nutzen

Dieses Unterrichtsvorhaben wird durch die Perspektiven „*Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten*“ und „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“ geprägt. Die Schülerinnen und Schüler sollen die vielfältigen Möglichkeiten akustischer Impulse für die Bewegungsimprovisation und Gestaltung erfahren und lernen, Klang, Rhythmus und Musik altersgemäß in Bewegung umzusetzen. Die Wechselbeziehung zwischen Musik und Bewegung kann in diesem Unterrichtsvorhaben (ca. 8 Stunden) unterschiedlich eng sein. Fächerübergreifendes Arbeiten mit dem Fach Musik kann dazu beitragen, die in der Musik enthaltene rhythmische und dynamische Substanz für die Bewegung bewusster verfügbar zu machen. Das Unterrichtsvorhaben eignet sich für die Jahrgänge 5/6.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Klangkulissen als Improvisationsimpulse nutzen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit verschiedenen Tonerzeugern und unterschiedlichen Rhythmen sich selbst und andere in Bewegung halten <p>Die Wirkung bzw. den Einfluss von Rhythmus und Musik auf die eigene Bewegung entdecken, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● nach verschiedenen Rhythmen oder Musiken eine bestimmte Bewegungsgrundform durchführen und anpassen ● Gefühle in der Musik erkennen und ausdrücken ● Akzente und Tempi der Musik aufnehmen und gestalterisch umsetzen ● ausgewählte Musik durch unterschiedlichen Körpereinsatz oder die Handhabung verschiedener Geräte umsetzen <p>Mit Klängen/Rhythmen und Musik einen Dialog führen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● musikalische Impulse aufnehmen, kontrastieren, weiterführen, als Echo darstellen <p>Mit den rhythmisch/klanglichen Elementen von Sprache experimentieren und improvisieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● klangliche Charakteristika von Vokalen (iii, uuu, ooo) oder Konsonanten (z. B. Zischlaute, Explosivlaute) darstellen ● Geräusche (Brummen, SchSchSch, Brbrbr) nur mit bestimmten Körperteilen oder auch ganzkörperlich darstellen 	<p>Es können kleines Schlagwerk, aber auch Flöten und selbst hergestellte, auch unkonventionelle Instrumente verwendet werden. Bewegung soll durch selbst erzeugte Rhythmen angeregt werden.</p> <p>Die bewusste Wahrnehmung der Wirkungsweise des akustischen Impulses auf den Körper und seine Bewegungsweise sollte hier im Mittelpunkt stehen.</p> <p>Zunächst ist der Einsatz einfacher 2er und 4er Rhythmen zu empfehlen. Die ausgewählten Musiken müssen in ihrer Struktur und/oder Stimmung klar sein.</p> <p>Die Gestaltungskriterien Raum, Zeit und Dynamik können gut erarbeitet und/oder vertiefend weiterentwickelt werden.</p> <p>Sprache kann in vielfältiger Weise zum Bewegen, Darstellen und Gestalten anregen. Der sprachliche Impuls kann vorweg genommen werden und die Arbeit anregen, während der Bewegung selbst kann er dann unterbleiben. Sprache kann aber auch rhythmisch unterstützend während der Bewegung eingesetzt werden.</p>

Tänze kennen lernen und variieren

<p>Dieses Unterrichtsvorhaben erschließt Tänze als Ausdruck kultureller und gesellschaftlicher Traditionen und Modetrends. Die unterschiedlichen Erscheinungsformen ermöglichen den Schülerinnen und Schülern Rückschlüsse auf Lebensumstände, Mentalität, Erziehung oder gesellschaftliche Entwicklungen. Geschlechtsspezifische Unterschiede beim Umgang mit Tanzformen können erkannt und reflektiert werden. Leitende Perspektive des Unterrichtsvorhabens (ca. 8 Stunden) ist „<i>Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten</i>“. Das Unterrichtsvorhaben eignet sich besonders für die Jahrgangsstufen 7 bis 10.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Tänze als Ausdruck kultureller Traditionen kennen lernen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Folkloretänze (z. B. Syrtaki, Haley etc.) aus verschiedenen Ländern ● Streetdance <p>Tänze als Ausdruck von Lebensstilen kennen lernen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Aerobic ● Rap ● Hip-hop ● Rock 'n' Roll ● ... <p>Tänze in geschichtlich-gesellschaftlichem Kontext kennen lernen, reflektieren und variieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Menuett ● Polka ● Tango ● ... <p>Tänze präsentieren</p>	<p>Bei der Auswahl der Aufgaben/Inhalte sollten die Erfahrungen und Kenntnisse von Schülerinnen und Schülern in besonderer Weise genutzt werden. Dadurch lassen sich Widerstände gegenüber Tänzen leichter überwinden.</p> <p>In jeder Lerngruppe versuchen Jugendliche unterschiedliche Lebensstile zu repräsentieren. Sie können über Tänze ausgedrückt und thematisiert werden.</p> <p>Das vielfach normiert Erlernte erhält neue Akzente: Ausgehend von standardisierten Formen werden die Schülerinnen und Schüler ermutigt, eigene Adaptionen auszuprobieren, mit den Vorgaben zu experimentieren und ihre Theoriekenntnisse kreativ umzusetzen. Es gilt Musiktypisches zu erschließen, Schrittfolgen einzuüben, Kombinationen und neue Tanzpassagen selbstständig entwickeln zu lassen und Bewertungskriterien zu den entwickelten Tanzpassagen zu erarbeiten.</p> <p>Als mögliche Präsentationsform bieten sich z. B. ein Tanzwettbewerb oder eine Tanzrevue an.</p>

Bewegungskünste entwickeln und präsentieren

Im Vordergrund dieses Unterrichtsvorhabens stehen die Perspektiven „*Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten*“ und „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“. Es zielt auf Präsentation, die im Rahmen von Sportunterricht, aber auch als schulöffentliche Zirkus- oder Varieteeveranstaltung denkbar ist. Es kann ein Baustein der schulischen Fest- und Spielkultur im Schulprogramm werden. Die Zusammenarbeit mit den Fächern Deutsch, Kunst, Musik und Technik ist gut vorstellbar. Für dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) ist Projektarbeit besonders geeignet. Es kann in allen Jahrgangsstufen durchgeführt werden.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Vielfältiges Jonglieren; Balancieren mit unterschiedlichen Materialien üben, gestalten, präsentieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Keulen, Fackeln, Kästen ● Balancieren von Gegenständen, Tellern, Stäben ● Balancieren auf Gegenständen: Rollen, Walzen, Bällen, Stelzen, Balken, Steg, Seil, Schlappseil, Rola Rola ● Fahren mit Pedalos, Einrädern, Rhönrädern ● Kombination von Jonglieren und Balancieren 	<p>Jonglieren und Balancieren erfordern eine hohe Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit. Viele kurze Übungsphasen sollten deshalb im Sportunterricht, aber auch außerhalb des Sportunterrichts (z. B. in Pausen) angeboten werden. Verschiedene Materialien und differenzierte Leistungsanforderungen erhalten die Motivation zum beharrlichen Üben. Die Schülerinnen und Schüler sollten immer wieder die Möglichkeit haben, sich gegenseitig das Erarbeitete zu zeigen.</p>
<p>Bewegungskünste mit dem eigenen Körper, dem Partner vielfältig ausdrücken und präsentieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Bodenakrobatik mit Partner/in, Pyramidenbau in Gruppen ● Bewegungstheater (Darstellen von Maschinen, Fließbändern, Skulpturen etc.) ● Clownnummern allein oder mit einer Partnerin/einem Partner ● Fußtheater 	<p>Die akrobatischen Figuren sollen in ruhiger Atmosphäre mit langsamen, vorsichtigen Bewegungen und nach vorheriger Absprache auf- und abgebaut werden. Spezielle Haltegriffe müssen eingeübt werden. Genaue Absprachen über alle Körperbereiche, die belastet bzw. nicht belastet werden dürfen, sind vor dem Üben zu treffen.</p>
<p>Bewegungskünste im Stile einer Varieteeaufführung entwickeln und präsentieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Jonglieren und Balancieren festigen und erweitern ● Tanzchoreographien, Schwarzlichttheater 	<p>Zirkuskünste werden mit neuen Akzenten altersgemäß wieder aufgegriffen. Spezifische Kenntnisse und Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler für die Gestaltung einer Varieteeaufführung (im Bereich der Licht- und Tontechnik) sollten genutzt werden.</p>

3.7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Die in diesem Inhaltsbereich möglichen Spiele lassen sich nach ihrer charakteristischen Spielidee wie folgt unterscheiden:

Tor- und Malspiele

- Wurfspiele, z. B. Basketball, Handball, Korbball, Korbball, Streetball, Tschouk-ball, Ultimate Frisbee, Wasserball
- Torschussspiele, z. B. Fußball, Hockey und deren Varianten (Streetsoccer, Uni hoc ...)
- Grenzballspiele, z. B. American Football, Rugby

Rückschlagspiele

- Einzel- und Doppelpartnerspiele, z. B. Badminton/Federball, Ringtennis, Squash, Tennis, Tischtennis
- Mannschaftsspiele, z. B. Faustball, Indiacca, Prellball, Volleyball

Schlagballspiele

- z. B. Baseball, Brennball, Schlagball, Softball.

In diese Systematik können noch zahlreiche Spiele aus anderen Ländern und Kulturen eingefügt werden.

Alle genannten Spiele sind für die Schülerinnen und Schüler ein geeignetes Feld, um ihre allgemeine und spezielle Spielfähigkeit und ihre soziale Spielkompetenz weiterzuentwickeln. Miteinander spielen zu können, Regeln zu vereinbaren, einzuhalten und zu verändern, das Spiel den Leistungsvoraussetzungen und Bedürfnissen der Lerngruppe anzupassen, Konflikte im Mit- und Gegeneinander einvernehmlich auszutragen, gewinnen und verlieren zu können, Schwächere in das Spiel zu integrieren, die eigene Spieldominanz zurückzunehmen sind Aspekte einer sozialen Spielkompetenz und für eine allgemeine Spielfähigkeit unverzichtbar. Im Sinne der reflexiven Koedukation sollen Mädchen und Jungen ihre geschlechtsspezifischen Voraussetzungen und Zugangsweisen erkennen und gegenseitig akzeptieren. Für ein gelingendes Mit- und Gegeneinander sind sowohl die Artikulation von Interessen und die Entwicklung von Durchsetzungsvermögen insbesondere bei Mädchen als auch die Entwicklung von Einfühlungsvermögen und Kooperationsbereitschaft insbesondere bei Jungen zu fördern. Die Perspektive „*Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen*“ hat somit für diesen Inhaltsbereich eine hervorgehobene Bedeutung. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind: „*Vom Gegeneinander zum Miteinander*“, „*Regelstrukturen erkennen und gestalten am Beispiel Fußball*“.

Viele dieser Spiele werden die Schülerinnen und Schüler nur dann gemeinsam und befriedigend spielen können, wenn sie ihr individuelles Können so entwickelt haben, dass eine spezielle Spielfähigkeit entsteht. Insbesondere die großen Sportspiele erfordern ein hohes Maß an technischen und taktischen Fertigkeiten, das nur über Üben zu erreichen ist. In den Spielen lassen sich Erfahrungen gemeinsam erbrachter Leistungen vermitteln, verbunden mit der Wertschätzung der eigenen Leistung und der der anderen. Das macht deutlich, dass die Spielvermittlung immer auch unter der Perspektive „*Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen*“ erfolgen muss. Unterrichtsvorhaben können sein: „*Spielen mit Bällen*“, „*Grundfertigkeiten Großer Sportspiele gemeinsam erschließen und anwenden*“.

Die Spiele dieses Inhaltsbereichs stellen hohe Anforderungen an Bewegungskoordination sowie an Wahrnehmungs-, Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit. Das verweist auf die Bedeutung der Perspektive „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“. Inhaltlich geht es dabei um die Entwicklung und Verbesserung der Auge-Hand-Fuß-Koordination sowie die Schulung der Antizipations- und Orientierungsfähigkeit in zunehmend komplexeren Spielsituationen. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind „*Den Ball volley spielen*“, „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und koordinative Grundlagen erlernen, üben und anwenden*“.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** sollten die Grundlagen für eine allgemeine Spielfähigkeit gelegt werden. In den Lerngruppen gibt es meist erhebliche Könnens- und Wissensunterschiede. Hieraus ergeben sich besondere Anforderungen für die Unterrichtsgestaltung. Kleine Spielgruppen, einfaches Regelwerk, überschaubare Räume und einfache Aufgabenstellungen unterstützen die ersten Schritte zur Spielfähigkeit und zu einer Sozialkompetenz.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** sind zunehmend auch die technischen und taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten in einem oder zwei der großen Sportspiele zu vermitteln. Eine phasenweise Trennung könnte eine Möglichkeit sein, beiden Geschlechtern einen leichteren Zugang zu diesen Spielen zu ermöglichen und die Freude am Spielen zu erhalten. Um das Miteinander der Mädchen und Jungen in einer Lerngruppe besonders zu fördern, könnte auch verstärkt auf Schlagballspiele, Korbball, Sportspiele aus anderen Kulturen oder aber Partnerrückschlagspiele zurückgegriffen werden.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** sollten die Interessen der Schülerinnen und Schüler stärker in die Planung und Durchführung der Unterrichtsvorhaben einbezogen werden. Dabei ist zu bedenken, dass sich die Einstellungen zu den Sportspielen möglicherweise bereits stark verfestigt haben und eventuell auch geschlechtsspezifisch geprägt sein können. Die Schülerinnen und Schüler sollen sich auch verstärkt mit Regelstrukturen auseinandersetzen und selbstständig Spiel- und Übungssituationen, Wettkämpfe und Turniere organisieren.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sind mindestens *sechs Unterrichtsvorhaben* durchzuführen (auf die Möglichkeit, weitere Unterrichtsvorhaben im Rahmen des Frei-raums zu behandeln, wird ausdrücklich verwiesen). In je einem Unterrichtsvorhaben müssen die Tor- und Malspiele, die Rückschlagspiele und die Schlagballspiele berücksichtigt werden. Alle Schülerinnen und Schüler sollen am Ende der Sekundarstufe I in den ausgewählten Spielen die Grundtechniken in der Bewegung sicher beherrschen. Sie sollen sich taktisch angemessen in überschaubaren Spielsituationen verhalten und selbstständig die Rahmenbedingungen von Spielen organisieren können. Darüber hinaus müssen sie in der Lage sein, mit Regeln reflektiert umzugehen, d. h. sie verstehen, sie umsetzen und sinnvoll verändern. Nicht zuletzt sollen die Schülerinnen und Schüler kleine Spielwettkämpfe initiieren und dabei auch Schiedsrichterfunktionen übernehmen.

Grundfertigkeiten Großer Sportspiele gemeinsam erschließen und anwenden

Zentrales Anliegen dieses Unterrichtsvorhabens (ca. 10 Stunden) ist das Erlernen und Festigen technischer und taktischer Fertigkeiten und Fähigkeiten zum Zwecke eines gemeinsamen Spiels. Damit steht die Perspektive „*Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen*“ im Vordergrund. Das Entwickeln von Übungs- und Spielformen in Kleingruppen, Einigungsprozesse beim Aushandeln von Spielregeln sowie das bewusste Wahrnehmen unterschiedlicher Einstellungen und Voraussetzungen bei Mädchen und Jungen bzgl. des Spielens sind weitere Schwerpunkte in diesem Vorhaben. Damit erhält die Perspektive „*Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen*“ in diesem Unterrichtsvorhaben eine ebenfalls wichtige Bedeutung. Das Unterrichtsvorhaben ist für die Jahrgänge 5 bis 7 konzipiert.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Grundfertigkeiten in kleinen Spielen üben und anwenden</p> <ul style="list-style-type: none"> ● kleine Spiele zum Zuspiel, Dribbling, Werfen, Schießen in Zweier-, Dreier- und Vierergruppen durchführen im Sinne der Spielidee von z. B. Turball, Zehnerfangen, Wächterball 	<p>Die Grundsätze des Zusammenspiels sollen bewusst gemacht und gemeinsam wiederholt werden: sich anbieten und freilaufen, Partnerin/Partner sehen und rechtzeitig anspielen, das Zuspiel den Fähigkeiten des Partners/der Partnerin anpassen. Der Gruppenbildung muss besondere Beachtung zukommen (Leistungsstand, Ausgrenzung, koedukative Aspekte).</p>
<p>Kooperationsformen in einfachen Standardsituationen erproben</p> <ul style="list-style-type: none"> ● einfache Standardsituationen, z. B. 1 : 1, 1 : 1 + 1, 2 : 2 und 2 : 2 + 1 spielen, Möglichkeiten der Kooperation erkennen und erproben 	<p>Mit- und Gegenspieler sollen häufig gewechselt werden, Jungen und Mädchen sollen mit-, aber auch gegeneinander spielen; geschlechtsbezogene Unterschiede bezüglich Technik, Kraft, Taktik und Erfahrungen sollen thematisiert werden.</p>
<p>Grundspiel 3 : 3 spielen und variieren</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Spiel auf einen Korb, Spiel ohne Dribbling, Spiel auf ein Tor ● Spiele auf zwei Körbe, zwei Tore ● Spiele auf verkleinertem Spielfeld 	<p>Im Grundspiel 3 : 3 müssen Absprachen über Spielpositionen sowie über taktische Grundmuster getroffen werden. Die Spielpositionen sollen gewechselt werden.</p>
<p>Unterschiedliche Positionen in großen Mannschaften einnehmen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● spielgestaltende und weniger zentrale Positionen übernehmen ● leistungshomogene und -heterogene Mannschaften auf ihre Bedeutung für eine differenzierte Förderung aller Schülerinnen und Schüler reflektieren 	<p>In der Reflexion über unterschiedliche Spielpositionen erfahren Schülerinnen und Schüler, dass damit unterschiedliche Spielanteile und motorische sowie kognitive Belastungen verbunden sind. Sie sollen erkennen, dass nicht jeder/jede auf jeder Position Optimales für das Spiel leisten kann.</p>

Den Ball volley spielen

<p>Hauptaufgabe dieses Unterrichtsvorhabens (ca. 10 Stunden) ist es, die Wahrnehmungsfähigkeit unter Berücksichtigung spielrelevanter Kriterien in den Jahrgangsstufen 7/8 zu schulen, um so zu gewährleisten, dass trotz des hohen Zeitdrucks bei der Bewegungsausführung rechtzeitig und situationsangemessen gehandelt werden kann. Unter der Perspektive „<i>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern</i>“ werden vielseitige Übungs- und Spielformen entwickelt, in denen diese Grundlagen für angemessene Entscheidungen und gelingendes Spielhandeln vermittelt werden.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Wahrnehmungsübungen kennen lernen und gemeinsam weiterentwickeln, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● zwei/mehrere Bälle mit Partnerinnen/Partnern in der Luft halten oder hin- und herspielen ● durch einfache Analysen von Bewegungsmerkmalen (Schulterachse, Ausholbewegung, Armhaltung) den Ballflug antizipieren lernen ● auf Zurufe („kurz“, „hinten“) reagieren und Rufe („ich“) selbst einsetzen lernen ● Aufgaben aneinander koppeln (nach der Ballberührung z. B. Schläger-/Positionswechsel) <p>Miteinander spielen lernen mit einem oder mehreren Partnern, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● über verschieden hohe Netze, über Gräben, im Kreis spielen ● einen Ball auf festgelegten Ball- und Laufwegen hin- und herspielen <p>Wahrnehmen – Entscheiden – Handeln</p> <ul style="list-style-type: none"> ● volleyballspezifische Aufgaben mit alternativen Handlungsmöglichkeiten in Abhängigkeit von der Aktion der Gegnerin/ des Gegners/der Partnerin/des Partners, z. B. Pritschen oder baggern, blocken oder Feldabwehr, sichern oder selbst spielen, Ball annehmen oder ans Netz laufen <p>Auf Kleinfeldern miteinander spielen und gegeneinander wettkämpfen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● verschiedene Kleinfeld für das Spiel 1 : 1; 2 : 2 usw. einrichten und Wettkampfs Spiele, Turniere mit Auf- und Abstieg, Rundläufe erproben 	<p>Die Beschaffenheit der Bälle und der Schläger, die Enge oder Weite der Spielfläche bestimmen den Zeitdruck und die Präzision in der Ausführung der Bewegung und sollten dem Können der Schülerinnen und Schüler angepasst werden. Das Wahrnehmen von optischen und akustischen Signalen sollte in vielfältigen Spiel- und Übungsformen angeboten werden, um die koordinativen Fähigkeiten zu entwickeln, z. B. die Reaktionsschnelligkeit.</p> <p>Die Abstimmung untereinander gelingt leichter, wenn zunächst das Zuspiel auf festgelegten Ball- und Laufwegen erfolgt. Erst danach sollten Ball- und Laufwege variabler werden.</p> <p>„Wenn – dann“ – Aufgaben verlangen antizipatorische Entscheidungen und sollten zur Förderung des taktisch-kognitiven Spielverständnisses verankert sein. Sie sollten so gestellt werden, dass sowohl die Antizipation der gegnerischen Aktion als auch die des Partners / der Partnerin verlangt wird. Dabei müssen die Kriterien für richtige Entscheidungen deutlich gemacht werden.</p> <p>In Spielen miteinander oder auch gegeneinander können Schülerinnen und Schüler ihre erworbenen Qualifikationen erproben und festigen. Dabei bietet es sich an, zunächst die Spielsituationen durch Reduzierung der Spielerzahl und des Spielraumes zu vereinfachen.</p>

Regelstrukturen erkennen und gestalten am Beispiel Fußball

In diesem Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) können Schülerinnen und Schüler am Beispiel des Fußballspiels erfahren und begreifen, dass Regeln ihre Bewegungs- und Interaktionsmöglichkeiten beeinflussen und Auswirkungen auf die Gestaltung und Zielsetzung des Spiels haben. Unter der Perspektive „Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“ geht es darum, Kontrasterfahrungen zwischen einer eher konkurrenz- bzw. eher kooperationsorientierten Form des Spiels zu ermöglichen. Die Schülerinnen und Schüler sollen erfahren, wie Regelveränderungen dazu beitragen können, dass Konflikte im Spiel vermieden werden und eine gleichberechtigte Teilnahme am Spiel erreicht wird. Das Unterrichtsvorhaben ist für die Jahrgänge 7 bis 10 konzipiert.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Grunderfahrungen des Mit- und Gegeneinanders in Kleinen Spielen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tigerball mit dem Fuß ● Nummernpassen ● Fußballspielen mit paarweiser Handfassung <p>Erfahrungen des Gegeneinanders im Fußballspiel, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2 Mannschaften pro Feld spielen nach vereinfachten Regeln <p>Erfahrungen des Miteinanders im Fußballspiel, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● durch eine kooperative Variante des Fußballspielens: 2 Mannschaften spielen im selben Spielfeld jeweils in die andere Richtung, jede Mannschaft spielt für sich allein und versucht den Ball durch Zuspiel ins Tor zu schießen. Dies soll von einem „Störer“ der anderen Mannschaft verhindert werden. 	<p>Es sollten Spiele ausgewählt werden, in denen die Bedeutung von Regeln auf die Spielhandlung besonders erfahren werden kann. Mit dem Einstieg über Kleine Spiele wird ermöglicht, dass Schülerinnen und Schüler den Zusammenhang zwischen Regeländerung und Spielidee und die Wirkung auf das Miteinander und Gegeneinander erkennen.</p> <p>Über Spielbeobachtung von außen können die Ballkontakte gezählt werden. Wichtig ist die Reflexion in Gesprächen über unterschiedliche Spielerfahrungen, über Konflikte und Besonderheiten.</p> <p>Die Auswertung der Spielerfahrungen sollte in Reflexionsphasen geschehen. Gesprächsanlässe sind Fragen wie:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Wodurch ist diese Spielform gekennzeichnet? ● Welche Regeln für das Zusammenspiel sollen vereinbart werden (z. B. Größe des Tores, des Spielfeldes, Aktionsmöglichkeiten für Störer)? ● Wie kann die Spielidee erweitert werden (z. B. durch Spielen mit verbundenen Augen, Ohropax, Walkman)? <p>Die unterschiedlichen Sinngewandungen sollen bewusst werden. Pädagogisch sinnvoll kann eine phasenweise Trennung nach Geschlechtern bei der traditionellen Form des Fußballspielens sein. Das setzt Verständigungsprozesse in den jeweiligen Lerngruppen voraus.</p>

3.8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport

In diesem Inhaltsbereich stehen der Umgang mit dem Gleichgewicht und die Bewegungssteuerung im Mittelpunkt. Über Gleiten, Fahren, Rollen erschließt sich ein Feld besonders reizvoller Bewegungserfahrungen, die vielfach unmittelbar an die außerschulische Bewegungskultur der Schülerinnen und Schüler anknüpfen. Dabei geht es um die Auseinandersetzung mit den eigenen Möglichkeiten zur Fortbewegung vor allem unter Zuhilfenahme unterschiedlicher Spiel- und Sportgeräte.

Entsprechend ihren Einsatzmöglichkeiten lassen sich die Geräte wie folgt unterscheiden:

- **Geräte zur Fortbewegung auf festem Boden**
z. B. Inline-Skates, Skateboards, Kickboards, Roller, Rollbretter, Rollen, Pedalos, Rollenski, Fahrräder, Einräder
- **Geräte zur Fortbewegung auf dem Wasser**
z. B. Wasserskier, Ruderboote, Surfbretter, Kanus
- **Geräte zur Fortbewegung auf Schnee und Eis**
z. B. Skier, Snowboards, Schlitten, Schlittschuhe.

Diese Sportgeräte haben bei Schülerinnen und Schülern in der Sekundarstufe I eine große Attraktivität und stellen hohe Anforderungen an Körperspannung und Gesamtkoordination. Gleiten, Fahren und Rollen ermöglichen neue Dimensionen des Körpergefühls. Dies wird insbesondere durch die Akzentuierung der Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern“* erreicht. Dabei soll vor allem das vestibuläre System, die Gleichgewichtsregulation angesprochen werden. Die Schülerinnen und Schüler nehmen die Beschleunigung des eigenen Körpers wahr, gewinnen dabei Informationen über Lage und Orientierung im Raum und entwickeln dadurch ihr Gleichgewichtsempfinden. Das erprobende spielerische Selbsterschließen von Gleit- und Rollbewegungen ist oft verbunden mit dem Finden und Variieren von Bewegungen und dem eigenen Entwickeln von Gerätehilfen und Geländebedingungen. Die Perspektive *„Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten“* gewinnt dabei an Bedeutung und kann durch entsprechende Aufgabenstellungen akzentuiert werden. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind: *„Wir suchen unser Gleichgewicht beim Fahren und Rollen mit vielfältigen Sport- und Spielgeräten“*, *„Vielfältiges und spielerisches Inline-Skating“*.

Eine sichere Beherrschung des Gleichgewichts führt vielfach zur Steigerung des Bewegungstempos. Die damit einhergehenden Bewegungs- und Erlebnissituationen können von den Schülerinnen und Schülern als Wagnis und Herausforderung empfunden werden, aber auch Verunsicherung und Angst hervorrufen. Daher steht dieser Inhaltsbereich auch in besonders enger Beziehung zu der Perspektive *„Etwas wagen und verantworten“*. Die Schülerinnen und Schüler sollen erfahren und lernen, ihre eigenen Fähigkeiten richtig einzuschätzen und die möglichen Folgen ihres Handelns für sich und andere zu kalkulieren. Mögliche Unterrichtsvorhaben sind z. B.: *„Wir erfahren unsere Welt durch Bewegung“*, *„Wagnissituationen mit und auf verschiedenen Sport- und Spielgeräten“*.

In Verbindung mit anderen Inhaltsbereichen lassen sich Gleit-, Fahr- und Rollbewegungen mit den Kleinen und Großen Spielen kombinieren wie im Rollhockey, Rollbasketball, usw. Es bieten sich außerdem viele Ansatzpunkte für fächerübergrei-

fende Projekte, z. B. unter Einbeziehung von Biologie/Erdkunde in Bereichen der Ökologie und von Physik und Technik in Bereichen der Mechanik. Die Chance, Naturbegegnungen und -erlebnisse zu vermitteln und umweltbezogener zu wirken, sollte genutzt werden. In diesem Zusammenhang sind vor allem der Boots- und Wintersport zu nennen.

Die in diesem Inhaltsbereich vorgestellten Unterrichtsvorhaben beschränken sich auf Geräte zur Fortbewegung auf festem Boden. Damit wird der Tatsache Rechnung getragen, dass es vielen Schulen nicht möglich ist, Unterrichtsvorhaben mit Geräten zur Fortbewegung auf dem Wasser, auf Schnee und Eis durchzuführen.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** gilt es, den Schülerinnen und Schülern viele Erfahrungen in wechselnden Situationen mit unterschiedlichen Geräten zu ermöglichen. Ihnen soll viel Zeit zum Ausprobieren und Experimentieren eingeräumt werden. Die Schulung der Koordination unter besonderer Berücksichtigung des Gleichgewichts steht dabei im Vordergrund. Elementare Formen des Gleitens, Fahrens, Rollens auf stabilen oder labilen Unterlagen mit verschiedenen Geräten und unter unterschiedlichen räumlichen, witterungsmäßigen und jahreszeitlichen Bedingungen stellen Anforderungen an das Gleichgewicht, an die richtige Einschätzung von Geschwindigkeit und Steuerungsfähigkeit.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** soll vor allem der Bezug zum aktuellen Bewegungsleben der Schülerinnen und Schüler hergestellt werden. Inline-Skating, Skateboard- und Radfahren haben in der Lebenswelt der Jugendlichen einen hohen Stellenwert und können hier insbesondere unter dem Aspekt des Erprobens und Übens von Bewegungskunststücken einbezogen werden. Daneben sollte der Schulsport nach Möglichkeiten suchen, in diesen Jahrgängen auch Erfahrungen in Boots- und Wintersportarten zu vermitteln.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** sollten Projekte und fächerübergreifendes Lernen Schwerpunkte bilden. Dabei kann z. B. das Fahrrad als Spiel- und Sportgerät im Mittelpunkt stehen, es kann das schulische Umfeld auf Rollen und Rädern erschlossen werden und es wird der nahe gelegene „Lebensraum Fluss oder See“ als Erholungs- und Freizeitort für umweltverträglichen Wassersport erkundet. Hier bieten sich auch besondere Möglichkeiten im Wahlpflichtbereich II bzw. im außerunterrichtlichen Schulsport.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sind mindestens *vier Unterrichtsvorhaben*, die z. T. auch im Rahmen von Schulfahrten und in fächerübergreifenden Projekten vertieft werden können, zu unterrichten. Die Schülerinnen und Schüler müssen grundlegende Bewegungserfahrungen mit ausgewählten Roll-, Fahr- und Gleitgeräten erwerben, Kenntnisse über Sicherheitsmaßnahmen beim Umgang mit diesen Geräten besitzen und Einsicht in die Notwendigkeit einer umweltverträglichen sportlichen Nutzung natürlicher Bewegungsräume gewinnen.

Gelegenheiten für das Radfahren in der Umgebung erkunden und gemeinsam Verhaltensregeln erarbeiten

<p>Rad fahren können in der Regel alle Schülerinnen und Schüler der Jahrgänge 5/6, ihr normales Rad benutzen sie aber in der Regel nur als Transportmittel. Dabei bietet Radfahren vielfältige Möglichkeiten der Naturerkundung, des Spielens und Sporttreibens. Es ergeben sich Möglichkeiten, die Geschicklichkeit und die Orientierungsfähigkeit zu verbessern. Dies lässt sich gut mit der Erarbeitung von Sicherheitsvorkehrungen und der Übung notwendiger Verhaltensregeln beim Radfahren verbinden. Damit zielt dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) auf die <i>Erweiterung von Bewegungserfahrungen und auf gesundheitsbewusstes Verhalten</i>. Ein flexibler Umgang mit der Unterrichtszeit (etwa am Nachmittag) und der Einbezug des unmittelbaren Schulumfeldes können dabei organisatorisch hilfreich sein. Darüber hinaus eröffnet die Kombination mit außerunterrichtlichen Aktivitäten, z. B. die Durchführung eines Wandertages als Radtour, weitgehende Erfahrungsmöglichkeiten. Fächerübergreifende Bezüge zur Verkehrs- und Umwelterziehung liegen nahe.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Die eigene Geschicklichkeit herausfordern, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● möglichst lange stehen ● um Hindernisse fahren ● Rad fahren mit Ballprellen ● Radeln und Jonglierteller balancieren ● 5 m möglichst langsam fahren <p>In Gruppen sicher und verkehrsgerecht fahren können, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● auf sicherem Gelände verschiedene Gruppenformationen fahren ● auf Radwegen sicher fahren ● auf der Straße sicher fahren <p>Mit dem Rad die Umgebung erkunden, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● eine Radwanderung veranstalten ● eine Radrallye mit Karte und Kompass planen und durchführen ● auf einfachen Mountainbikestrecken beherrscht und sicher fahren 	<p>Der beherrschte Umgang mit dem Rad ist wesentliche Voraussetzung für sicheres Fahren. Dies kann in von den Schülerinnen und Schülern entwickelten Geschicklichkeitsstationen geübt werden.</p> <p>Vor jeder sportlichen Aktivität mit dem Rad müssen elementare Verhaltensregeln eingeübt werden. Das Fahren in der Gruppe, vor allem in der Großgruppe, ist eine zusätzliche Schwierigkeit. Es bedarf gründlicher Vorbereitung und Übung (Zeichen zum Anhalten vereinbaren, Abstände verabreden).</p> <p>Es sollen Bewegungsräume erschlossen werden, die auch außerhalb des Sportunterrichts aufgesucht werden können. Sicheres Bewegen im Straßenverkehr ist hier ebenso Voraussetzung wie das Bewusstsein für den verantwortlichen Umgang mit der Natur. Verhaltensregeln können selbstständig entwickelt werden.</p>

Vielfältiges und spielerisches Inline-Skating

In diesem Unterrichtsvorhaben sollen die Schülerinnen und Schüler unter Berücksichtigung ihrer unterschiedlichen Vorerfahrungen den sicheren Umgang mit Inline-Skates lernen und Bewegungsaktivitäten selbst (mit-)gestalten. Leitende Perspektiven sind dabei „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“ und „*Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten*“. Systematisches Lernen und Üben und das Erlernen der notwendigen Sicherheitsmaßnahmen sind zentrale Ausgangspunkte und sollen zu einer sicheren Beherrschung der Inline-Skates führen. Auf dieser Basis sind weitere Aktivitäten möglich, die je nach Gegebenheiten auf dem Schulhof oder im Umfeld der Schule stattfinden können. Dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 10 Stunden) kann bis zu Gruppenkunststücken und Spielen auf Inline-Skates führen. Die Unterrichtsvorhaben ist für alle Jahrgangsstufen geeignet.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Mit Inline-Skates sicher werden, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sicherheitsmaßnahmen kennen lernen ● sicheres Fallen erlernen ● vorwärts und rückwärts mit Partnerhilfe laufen ● Stoppen und Ausweichen in verschiedenen Situationen üben und anwenden ● durch Könnner betreut über längere Distanzen allein laufen <p>Einen Geschicklichkeitsparcours entwerfen und bewältigen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ideen sammeln, praktisch überprüfen ● im freien Gelände (z. B. Schulhof) Parcours erstellen, erproben, verbessern ● Wettspiele im Parcours organisieren <p>Eine Kür auf Inline-Skates gestalten und präsentieren, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● kleine Kunststücke allein und zu zweit entwickeln und üben ● nach gemeinsam festgelegten Kriterien Bewegungsabläufe entwickeln, gestalten, erproben, üben und präsentieren <p>Spiele für Inline-Skaten entwickeln und durchführen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Fangspiele ● Hockey-ähnliche Spiele ● Wurfspiele 	<p>Das Lernen des Bewegens auf Inline-Skates führt über den sicheren Stand, das Bremsen und Fallen zum längeren Laufen. Nicht nur Anfänger, sondern auch Könnner müssen auf die notwendigen Sicherheitsmaßnahmen (Helm, Protektoren) hingewiesen und zum Einhalten angewiesen werden.</p> <p>Hier wird gemeinsam ein Parcours in arbeitsteiliger Gruppenarbeit unter den Aspekten der Sicherheit und Geschicklichkeit entwickelt, erprobt, verbessert und durchgeführt. Die entwickelten Stationen sollten für Könnner und Anfänger gleichermaßen herausfordernd sein.</p> <p>Eine Kür als individuell gewählte Bewegungsfolge kann allein oder mit einer Partnerin/einem Partner erarbeitet und vorgeführt werden. Auch Gruppenvorführungen sind möglich. Die Leistungskriterien hängen vom Könnensstand des Einzelnen ab. Herausfordernd ist z. B. die gemeinsame Kür eines Könnners und Anfängers.</p> <p>Hier können selbstständig in Gruppen Spiele entwickelt, erprobt und vorgestellt werden. Regeln müssen selbst gefunden und den anderen verständlich gemacht werden.</p>

3.9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Im Zentrum dieses Inhaltsbereiches sollen Zweikampfformen mit Körperkontakt stehen wie Judo, Ringen oder Sumo, bei denen der ständige Kontakt zur Partnerin und zum Partner Voraussetzung für gemeinsames Kämpfen ist und das Miteinander für beide Partner im Vordergrund steht. Ringen ist hier nicht als normierte Sportart, sondern allgemeiner als regelgeleitetes Miteinanderkämpfen zu verstehen.

Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und sind keine Schulsportarten.

Zweikämpfen fördert intensiv ein breites Spektrum konditioneller und koordinativer Fähigkeiten und Fertigkeiten. Der umfassenden Kräftigung des Halte- und Stützapparates der Kinder und Jugendlichen kommt dabei eine besondere Bedeutung zu.

Kinder und Jugendliche haben das Bedürfnis zu rangeln und ihre Kräfte zu messen. Dies ist für ihre psychische, soziale und körperliche Entwicklung bedeutsam, wird jedoch besonders in den Altersstufen der Sekundarstufe I zum Problem, wenn Fähigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen fehlen, Zweikämpfe in kontrollierter und verantwortungsvoller Form auszutragen.

Mädchen und Jungen sollte dieser Inhaltsbereich in gleichem Maße erschlossen werden. Ringen und Kämpfen verhelfen zu einem regelgeleiteten gleichberechtigten Miteinander. Mädchen lernen, ihre (Körper-)Grenzen zu behaupten und Jungen lernen, sich einfühlsamer zu verhalten und auf Überlegenheitsansprüche zu verzichten. Mädchen können erfahren, dass Kraft und Durchsetzungsvermögen durchaus zu ihrem Selbstbild passen und von Jungen akzeptiert werden. Da die Zugangsweisen zum Ringen und Kämpfen geschlechtsspezifisch differieren, ist es notwendig, freie Partnerinnen- und Partnerwahlen und gemeinsam vereinbarte Regeln zu ermöglichen.

Eine leitende Perspektive sollte bei der Erschließung dieses Inhaltsbereiches *„Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen“* sein. Viele Techniken des Zweikampfens müssen kooperativ unter Berücksichtigung der gegenseitigen Verantwortung gelernt und geübt werden, bevor sie im Kampf gegeneinander angewendet werden dürfen. Der ständige Kontakt zur Partnerin und zum Partner, der ständige Wechsel von Aktion und Reaktion erfordern umfangreiche unverzichtbare Verständigungsprozesse, wie sie in möglichen Unterrichtsvorhaben, z. B. *„Kleine Kämpfe – Das Zweikämpfen spielerisch erfahren“*, *„Kämpfen nach Regeln – Zweikämpfe in der Bodenlage“* und *„Gemeinsames Fallen und Werfen lernen“* erfahren werden können.

Daneben ist die Perspektive *„Etwas wagen und verantworten“* von zentraler Bedeutung. Sich der Herausforderung eines Zweikampfes als einer besonderen Form des „verantworteten Wagnisses“ zu stellen und Sieg oder Niederlage körperlich und unmittelbar zu erleben, sind unverwechselbare Erfahrungen, die zur Stärkung des Verantwortungsbewusstseins und des Selbstwertgefühls beitragen. Oberstes Prinzip ist das verantwortungsbewusste Handeln gegenüber Gegnern, die als Partner begriffen werden sollen. Das könnte in dem Unterrichtsvorhaben *„Würfe wagen und verantworten“* thematisiert werden.

Die Perspektive *„Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern“* steht ebenfalls in enger Verbindung zu diesem Inhaltsbereich, da der in-

tensive Körperkontakt beim Zweikämpfen und damit verbundene vielfältige Bewegungen Orientierungen in allen räumlichen Dimensionen erfordern, insbesondere, wenn Aktionen beidseitig geübt und die Partnerinnen oder die Partner – unter Wahrung des Prinzips der Freiwilligkeit – häufig gewechselt werden. Das Spüren von Emotionen der Partnerinnen und der Partner (Angst, Siegeswille, Fürsorge u. a.) fördert in besonderem Maße Empathie. Durch die zunehmende Selbstverständlichkeit von Partnerübungen und Zweikämpfen können Berührungssängste abgebaut und die Akzeptanz des eigenen Körpers gefördert werden. Dies ist vor allem in der Pubertät von großer Bedeutung. Ein mögliches Unterrichtsvorhaben ist „*Im Zweikampf Stärke erfahren*“.

In den **Jahrgangsstufen 5 und 6** geht es vorrangig darum, Grundlagen für Kämpfe mit engem Körperkontakt zu schaffen, bevor solche Inhalte pubertätsbedingt schwieriger werden. Aufbauend auf Vertrauens- und Kooperationsspielen bieten sich vor allem Kampfspiele und Kampfformen an, bei denen es darum geht, die Partnerin bzw. den Partner in verschiedenen Positionen in der Bodenlage fest zu halten bzw. sich aus derartigen Positionen in der Bodenlage ohne Gefährdung der Partnerin/des Partners zu befreien.

In den **Jahrgangsstufen 7 und 8** stehen auf Grund des Kraftzuwachses, der Veränderung der Koordinationsmuster und der besonderen Heterogenität Übungen im Vordergrund, bei denen Schülerinnen und Schüler den behutsamen und kontrollierten Umgang mit der Partnerin und dem Partner lernen. Dabei muss die Notwendigkeit von Kooperation, gegenseitiger Hilfe und Vertrauen beim Erlernen von Wurftechniken, die beispielsweise dem Judo oder dem Ringen entnommen werden können, thematisiert werden.

In den **Jahrgangsstufen 9 und 10** könnten sich die Jugendlichen mit einer ausgewählten Form des regelgeleiteten Kämpfens (z. B. Judo, Ringen, Sumo) vertieft auseinandersetzen, wobei auch die kulturellen Aspekte der unterschiedlichen Kampfsportformen bearbeitet werden sollten.

Obligatorik

Im Verlauf der Sekundarstufe I sollen mindestens *vier Unterrichtsvorhaben* durchgeführt werden, wobei es sich in der Regel um eher kürzere Vorhaben handeln dürfte. Die Schülerinnen und Schüler sollen grundlegende Techniken des Fallens und Werfens kennen lernen und in verantwortungsvoller Weise erproben und üben. Sie sollen Grundlagen erwerben, wie man einen Zweikampf durch die Vereinbarung und Einführung von Regeln und Ritualen fair und kooperativ gestaltet. Je nach schulischen Voraussetzungen kann sich ein Unterrichtsvorhaben mit einer normierten Form des Partnerkampfsports befassen.

Kleine Kämpfe – Das Zweikämpfen spielerisch erfahren

Dieses Unterrichtsvorhaben beinhaltet spielerische Formen des Zweikampfes. Besonders bei Schülerinnen und Schülern der Jahrgangsstufen 5/6 haben diese Formen einen hohen Aufforderungscharakter. Es gilt wichtige Voraussetzungen für ein kämpferisches Miteinander zu schaffen. Der Schwerpunkt dieses Unterrichtsvorhabens liegt somit in der Förderung der Zusammenarbeit und der Rücksichtnahme, in dem behutsamen Aufbau von Vertrauen und der Übernahme von Verantwortung. Die Schülerinnen und Schüler müssen lernen, ihre Kräfte zu dosieren. Alle Zweikampfformen setzen die Vereinbarung von Regeln voraus. Dazu gehören auch Handikap-Regeln zur Herstellung von Chancengleichheit. Für dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 5 Stunden) ist „*Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen*“ die leitende Perspektive.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Rituale verstehen lernen, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Begrüßung ● Versammlung im Kreis ● Stille- und Ruhephasen <p>Im Zweikampf die Geschicklichkeit herausfordern, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Handfechten, Zeitungsfechten ● in der Bodenlage oder aus der Bankstellung: Füße berühren oder „Socken ausziehen“ ● Oberschenkel der Partnerin/des Partners abschlagen (Abstandshaltung durch Handfassung) <p>Die Kraft in Spielformen erproben, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zweikampfspiele ohne Körperkontakt, z. B. Medizinballziehen, Tauziehen ● Zweikampfspiele mit Körperkontakt, z. B. über die Linie ziehen, von der Matte drängen, Mattenkönigin, Sumoringen, Hahnenkampf <p>In Gruppen kämpfen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● z. B. Zerreißprobe, Massensumo ● die entwickelten Spielformen gemeinsam variieren und Regeln festlegen 	<p>Rituale sollen in ihrer Bedeutung (Achtung vor der Gegnerin bzw. dem Gegner) kennen gelernt werden. Konzentrierter Beginn und Abschluss des Unterrichts durch ritualisierte einleitende Stille- bzw. Ruhephasen mit geschlossenen Augen sollten praktiziert werden.</p> <p>Mit zunehmender gegenseitiger Erfahrung kann mehr Körperkontakt zugelassen werden. Damit wird es noch wichtiger, Regeln des Miteinanders zu vereinbaren, Kooperation im Miteinander-Kämpfen zu verdeutlichen.</p> <p>Bei den Zweikampfformen sollte nicht nur das Kräftemessen im Vordergrund stehen. Es müssen vertrauensvolle Situationen geschaffen werden, in denen Geschicklichkeit, Beweglichkeit, Aufmerksamkeit hervorgehoben und erprobt werden. Sowohl schnelle Finten als auch ein ausdauernder Krafteinsatz müssen als Weg zum Erfolg erkannt werden.</p> <p>Die Wahl der Partnerinnen bzw. Partner sollte freiwillig erfolgen. Zum Miteinander-Kämpfen darf niemand gezwungen werden.</p>

Kämpfen nach Regeln – Zweikämpfe in der Bodenlage

In diesem Unterrichtsvorhaben bieten sich zum Einstieg Bodenkampfformen an. Gemeint sind Kämpfe aus/in Positionen wie Knien, Sitzen, Liegen usw. Der enge Körperkontakt bei derartigen Kämpfen hat unter der Perspektive „*Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern*“ besondere Bedeutung. Da in diesem Unterrichtsvorhaben viele Zweikampfübungen durchgeführt werden, für die es keine normierten Regeln gibt, können und müssen sie jeweils der Situation angemessen abgesprochen werden. Somit kann auch die Perspektive „*Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen*“ für dieses Unterrichtsvorhaben (ca. 6 Stunden) akzentuiert werden. Das Unterrichtsvorhaben ist für alle Jahrgänge geeignet.

Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Regeln für alle Zweikampfformen vereinbaren und einhalten, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Signale der Partnerin/des Partners beachten ● Kopf und Nacken schützen ● Gelenke nicht verdrehen/überstrecken ● Signale zum Kampfende bzw. zur Kampfunterbrechung vereinbaren und einhalten <p>Die Gegnerin/Den Gegner aus verschiedenen Ausgangssituationen versuchen, in die Rückenlage zu drehen und festzuhalten, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● drehen aus Bankposition, Kniesitz oder Kniestand ● festhalten von der Seite, vom Kopf her, aus dem Reitsitz und durch Einklemmen von Armen/Schultern <p>Sich aus der Rückenlage befreien, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● die Stützmöglichkeiten der/des Haltenden kontrollieren und sie/ihn überrollen/umkippen <p>Ein Bodenkampfturnier planen und durchführen</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Vereinbarungen über Regeln treffen ● einen Austragungsmodus finden 	<p>Die Regeln müssen in ihrer Doppelfunktion als Schutz vor Verletzungen und zur Erhaltung bzw. Herstellung von Chancengleichheit deutlich werden.</p> <p>Den Schülerinnen und Schülern ist Gelegenheit zum Experimentieren zu geben. Im Kampf gefundene Lösungsmöglichkeiten sollten aufgegriffen und durch eingeschaltete Übungsphasen erprobt werden.</p> <p>Das Halten soll nicht als starres „Festhalten“, sondern als ein flexibles Reagieren auf die Befreiungsversuche der/des Gehaltenden vermittelt werden. Dies gilt analog auch für Befreiungen.</p> <p>Chancengleichheit kann durch „Handicap“-Kämpfe hergestellt werden. Dies sollte pädagogisch aufgearbeitet werden.</p>

Würfe wagen und verantworten

<p>In diesem Unterrichtsvorhaben werden vor allem die Perspektiven „<i>Etwas wagen und verantworten</i>“ und „<i>Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen</i>“ akzentuiert. Wechselseitiges Werfen und Geworfenwerden fordern und fördern in besonderem Maße Mut, Verantwortung, Empathie und soziale Kompetenz. Alle Zweikampfformen in diesem Vorhaben (ca. 5 Stunden) müssen aus Sicherheitsgründen in besonders kontrollierten Situationen ausgetragen werden. Neue Bewegungs- und Partnererlebnisse erweitern die <i>Wahrnehmungsfähigkeit</i> und die <i>Bewegungserfahrung</i> der Schülerinnen und Schüler. Das Fallen-Lernen leistet darüber hinaus einen wesentlichen Beitrag zur Sicherheitserziehung im Schulsport. Das Unterrichtsvorhaben ist besonders für die Jahrgangsstufen 7 und 8 geeignet.</p>	
Aufgaben/Inhalte	Didaktische Hinweise
<p>Fallen lernen und üben, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● in mehrere Richtungen ● über kleine Hindernisse ● Fallübungen mit Partnerin/mit Partner ● wurfähnliche Fallübungen mit Partnerin/ mit Partner 	<p>Die Verantwortung der helfenden/sichernden Partnerinnen und Partner muss immer herausgestellt werden.</p> <p>Das Fallen ist während des gesamten Vorhabens immer wieder zu üben. Gutes Fallen verbessert die Lernvoraussetzungen für Wurftechniken.</p>
<p>Werfen und Geworfenwerden, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Wurftechniken in verschiedene Wurfrichtungen lernen ● richtiges Partnerverhalten beim Fallen einüben 	<p>Wurftechniken müssen ganzheitlich unter Beachtung der Funktionsphasen vermittelt werden. Die wechselseitige Partnerverantwortung ist stets herauszustellen (wer wirft, ist verantwortlich für die Gesundheit des/ der Geworfenen; wer fällt, ist verantwortlich für den Lernfortschritt der/des Werfenden).</p> <p>Eine zunächst reduzierte Wurfgeschwindigkeit („Ablegen“ der Partnerin/des Partners) nimmt die Angst vor dem Fallen und fördert das Vertrauen untereinander.</p>
<p>Günstige Wurfgelegenheiten erarbeiten, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● aus unterschiedlichen Griffvarianten ● aus verschiedenen Standpositionen 	<p>Wurfgelegenheiten sind über Bewegungsaufgaben zu erarbeiten und Lösungen zu erproben. Dies kann in Zweikampfformen erfolgen, dann jedoch mit kooperativer Wurfausführung (Wer die „richtige“ Situation hergestellt hat, darf werfen).</p>
<p>Wurftechniken in Zweikampfsituationen anwenden, z. B.</p> <ul style="list-style-type: none"> ● aus unterschiedlichen Griffvarianten ● aus verschiedenen Standpositionen 	<p>Die Schülerinnen und Schüler müssen in besonderer Weise zu einem verantwortlichen Umgang miteinander angehalten werden („Sicherheit vor Sieg“).</p>
<p>Nach einer Wurftechnik in der Bodenlage weiterkämpfen</p>	<p>Es sollte kein unkontrolliertes „Mitfallen“ des Werfenden in die Bodenlage zugelassen werden.</p>

3.10 Wissen erwerben und Sport begreifen

Der Schulsport in der Sekundarstufe I der Gesamtschule soll Schülerinnen und Schülern Kenntnisse und Einsichten vermitteln, die ihnen helfen, das Spektrum dessen, was Bewegung, Spiel und Sport ausmacht, zu verstehen und einzuordnen. Sie sollen damit Voraussetzungen erwerben, mit Bewegung, Spiel und Sport bewusst und kompetent umzugehen, der Gestaltung von Bewegung, Spiel und Sport einen individuellen Sinn zu geben und sich darüber mit anderen zu verständigen. Fragestellungen, die zu einem solchen Erkenntnisgewinn führen, können aus den Pädagogischen Perspektiven entwickelt werden und sollten sich auf alle Inhaltsbereiche beziehen.

„Wissen erwerben und Sport begreifen“ als integraler Bestandteil der Inhaltsbereiche 1 bis 9 erfordert ein Lernen, das sich aus dem konkreten Bewegungshandeln ergibt und auch wieder darauf zurückwirkt. Das verlangt Aufgabenstellungen, in denen Bezugspunkte für die kognitive Auseinandersetzung bereits angelegt sind.

Mögliche Fragen, an denen sich die theoriegeleitete Auseinandersetzung mit einem Unterrichtsgegenstand orientieren kann, werden im Folgenden exemplarisch aufgeführt. Sie sind als Anregungen gedacht und bedürfen der Ergänzung je nach Wahl des Themas und der Pädagogischen Perspektive:

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern

- Welche Sinnesorgane sind an der Ausführung von Bewegung beteiligt und welche Bedeutung haben sie?
- Wie lässt sich Wahrnehmung verbessern?
- Wie werden Bewegungen gelernt?

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

- Nach welchen Kriterien können Bewegungen gestaltet werden?
- Worin unterscheiden sich geschlechtsspezifische Ausdrucksformen von Körper und Bewegung?
- Welche Möglichkeiten gibt es, über Körper und Bewegung persönliche Motive und Befindlichkeiten auszudrücken?

Etwas wagen und verantworten

- Was bedeuten Risiken im Sport und wie lässt sich verantwortungsvoll damit umgehen?
- Welche Bedeutung hat eine vertrauensvolle Zusammenarbeit bei der Bewältigung von Risikosituationen?
- Wie kann man mit Ängsten beim Sporttreiben umgehen?

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

- Welche Kriterien bestimmen eine Leistung?
- Wie lassen sich leistungsbestimmende Faktoren verbessern ?
- Welche Bedeutung haben individuelle gegenüber absoluten Leistungsanforderungen für das eigene Sporttreiben?

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen

- Welche Bedeutung haben Regeln für das Miteinander und das Gegeneinander im sportlichen Handeln?
- Wie entstehen Regeln und wie lassen sie sich verändern?
- Worin unterscheiden sich geschlechtsspezifische Zugangsweisen und wie wirken sie sich beim Sporttreiben aus?

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

- Was ist gesund am Sport?
- Welche gesundheitlichen Gefährdungen können durch Sporttreiben entstehen und wie können sie vermieden werden?
- Was ist problematisch an gesellschaftlich vermittelten Körperidealen?

Weitere Erkenntnisse, die sich auf die außerschulische Bewegungskultur und ihre gesellschaftspolitische Bedeutung beziehen, lassen sich z. B. über folgende Fragen vermitteln:

- Welche Zugänge gibt es zum außerschulischen Sport und wie lassen sie sich erschließen?
- Welche problematischen Entwicklungen sind im außerschulischen Sport erkennbar und welche Auswirkungen haben sie (Doping, Kommerzialisierung, Professionalisierung ...)?
- Wie entstehen Trends und Moden im Sport und wie können wir mit ihnen umgehen?
- Wie wird der Sport in den Medien dargestellt und wie verändern Medien den Sport?
- Welche Probleme entstehen durch den Sport für die Umwelt und wie können sie reduziert werden?

Solche Fragen lassen sich besonders intensiv bearbeiten, wenn sie in fächerübergreifenden Unterrichtsvorhaben und Projekten aufgegriffen werden.

4 Leistungsbewertung

Leistungsbewertung im Sportunterricht muss sich an Kriterien orientieren, die den Aussagen der *Pädagogischen Perspektiven* und den *Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts* entsprechen. Grundlage für die Lernerfolgskontrolle, Beurteilung und Notengebung ist ein differenzierter Leistungsbegriff, der die vielfältigen Möglichkeiten berücksichtigt, im Sportunterricht Leistungen zu erbringen. Bei der Beurteilung der Leistungen der Schülerinnen und Schüler sind alle Dimensionen zu beachten, die für den jeweils thematisierten Inhaltsbereich handlungsbestimmend sind. Hierzu gehören die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten, das technische, taktische und kreativ-gestalterische Können sowie das bewegungsfeldspezifische und allgemeine Sportwissen.

Die heterogene Schülerschaft der Gesamtschule macht es notwendig, die unterschiedlichen körperlichen, psychischen, kognitiven und sozialen Voraussetzungen und Lernmöglichkeiten der Schülerinnen und Schüler zu berücksichtigen und die individuellen Lern- und Leistungsfortschritte des Einzelnen zu bewerten. Dabei ist vor allem auf Lernbereitschaft und Lernanstrengung, Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit und die Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung für das eigene Lernen bzw. das in der Gruppe zu achten.

Auch soziale Kompetenzen wie Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Kooperationsbereitschaft, Fairness, Toleranz, Empathie und Fähigkeiten zur Konfliktbewältigung müssen angemessen in die Leistungsbewertung einfließen.

Leistungsbewertung im Sportunterricht setzt voraus, dass den Schülerinnen und Schülern die Bewertungskriterien transparent gemacht werden. In Kapitel 6 werden Hinweise gegeben, welche Bewertungskriterien die Fachkonferenz bezogen auf Unterrichtsvorhaben berücksichtigen soll und wie Lehrkräfte zu ihren Bewertungen kommen können.

Die jeweilige Lerngruppe und die einzelne Schülerin bzw. der einzelne Schüler sind in den Bewertungsprozess einzubeziehen. Dabei ist den Schülerinnen und Schülern Gelegenheit zu geben, ihre Selbstwahrnehmung zu artikulieren und eine Selbsteinschätzung vorzunehmen.

Ein pädagogisch begründeter Gesamteindruck bildet die Grundlage für die am Ende der Leistungsbewertung stehende Gesamtnote.

5 Bewegung, Spiel und Sport als Elemente des Schulprogramms

Im Schulprogramm werden die für jede Gesamtschule als wichtig erachteten pädagogischen Leitlinien und Orientierungen festgelegt. Für die Sportlehrkräfte stellt sich die besondere Herausforderung, Initiativen zur Verankerung von Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm zu ergreifen. Die grundsätzliche pädagogische Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport für die Gestaltung der Schule wird in den Ausführungen zum außerunterrichtlichen Schulsport und zum Schulprogramm in den *Rahmenvorgaben für den Schulsport* (vgl. dort Kapitel 4.2 und 4.3) beschrieben.

Besondere Möglichkeiten für den Schulsport ergeben sich in der Beteiligung an überfachlichen Erziehungsaufgaben und der Gestaltung der Schule als Lebensraum.

Beiträge zu überfachlichen Erziehungsaufgaben leisten

Überfachliche Aufgaben, wie z. B. Gesundheitsförderung, Sicherheitserziehung, Verkehrserziehung, reflexive Koedukation, gemeinsamer Unterricht, interkulturelle Erziehung, Umwelterziehung, politische Bildung, ästhetische Erziehung, Medienerziehung oder Gewaltprävention stellen wichtige Schwerpunkte in der pädagogischen Arbeit an Gesamtschulen dar. Zu ihrer Erfüllung kann der Schulsport einen besonderen Beitrag leisten, wobei die einzelne Gesamtschule im Rahmen ihres Schulprogramms entscheidet, welchen Erziehungsaufgaben sie einen besonderen Schwerpunkt einräumen will.

Über Körper und Bewegung ergeben sich unmittelbar erfahrbare Zugänge zu den überfachlichen Aufgaben. Dabei können Erfahrungen gewonnen und Kompetenzen entwickelt werden, die so elementar und authentisch sind, dass sie die Schülerinnen und Schüler tief und nachhaltig berühren. Diese besonderen Möglichkeiten des Schulsports sollen von den Sportlehrkräften in Projekten und Unterrichtsvorhaben genutzt werden. Eine der vielfältigen Möglichkeiten wird hier in exemplarischer Absicht näher beschrieben.

Beispiel: Umwelterziehung

Umwelterziehung in der Schule bedeutet, dass vielfältige Naturerfahrungen ermöglicht, Umweltprobleme und deren Ursachen aufgearbeitet, Folgen menschlicher Eingriffe in die Natur thematisiert und Möglichkeiten verantwortlichen Umgangs mit der Natur aufgezeigt werden. Dem Bereich Bewegung, Spiel und Sport kommt dabei eine besondere Bedeutung zu. Die verstärkte Sport- und Freizeitorientierung der Menschen macht es immer notwendiger, sich mit der Frage der Umweltverträglichkeit des Sporttreibens zu befassen, v. a. vor dem Hintergrund immer neuer rasch wechselnder Trendsportarten.

Anknüpfend an den Erfahrungen von Kindern und Jugendlichen soll Umwelterziehung an ihrer unmittelbaren Lebensumwelt ansetzen: am Lern- und Lebensort Schule selbst (Gebäude, Schulgelände, Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten etc.) und am schulischen Umfeld. Nahe gelegene Wälder, Flüsse und Berge sind ideale Lernorte, um Natur zu erleben, aber auch Umweltprobleme direkt wahrzunehmen.

Durch die Sensibilisierung für Umweltfragen im Zusammenhang mit sportlichen Aktivitäten können Schülerinnen und Schüler Gefahren für die Natur erkennen, reflektieren und Kriterien für umweltverträgliches Sporttreiben entwickeln.

Schule als Lebensraum gestalten

Eine Bereicherung jedes Schulprogramms stellt die Gestaltung der Schule auch als Bewegungsraum dar. Der lange Unterrichtstag in der Ganztagschule muss in sinnvolle Phasen der Spannung und Entspannung gegliedert werden, um eine gesunde und sinnvolle Rhythmisierung zu erreichen. Den Schülerinnen und Schülern sind vielfältige Möglichkeiten zu eröffnen, sich in und außerhalb der Schule angemessen bewegen und erholen zu können. Dazu gehören die Bereitstellung von Spielecken und Ruheräumen, von Sport-, Spiel- und Freizeitgeräten ebenso wie anregende Spiel- und Tobeflächen und die Öffnung der Sporthallen.

Neben der Entwicklung von Pausensportkonzepten muss ebenfalls über eine Integration von Spiel und Bewegung in andere Fächer nachgedacht werden. Bewegungszeiten dürfen sich nicht nur auf die Pausen und den obligatorischen Sportunterricht beschränken. Auch kurze Bewegungspausen im Fachunterricht sind anzustreben. Sie berücksichtigen die biologisch-rhythmischen Dispositionen von Kindern und Jugendlichen im alltäglichen Unterrichtsablauf aller Fächer. Eine kurze Pause mit Bewegung kann ihren konkreten Bedürfnissen entgegenkommen und ein positives Lernklima schaffen. Insbesondere gilt dies für Schülerinnen und Schüler mit besonderen Lern- und Beziehungsproblemen.

Bewegung, Spiel und Sport in das Schulleben integrieren

Auf Klassenfahrten, bei Schullandheimaufenthalten und in Projektphasen können Erfahrungen, die im Schulraum nicht gemacht werden können, erschlossen werden. Bei der Ausgestaltung dieser außerunterrichtlichen Wirkungsfelder sollen Bewegung, Spiel und Sport, insbesondere auch unter erlebnispädagogischen Aspekten, in den einzelnen Jahrgangsstufen entsprechend berücksichtigt werden.

Bewegung, Spiel und Sport sind auch integrale Bestandteile einer schulischen Festkultur. *Spielfeste* sollen so gestaltet werden, dass sie für alle Schülerinnen und Schüler zu einem Erlebnis werden können. Dabei sind Freude und Miteinander zentrale Motive. In der Regel handelt es sich um spielerische Wettbewerbe. Gruppenaufgaben sollten Vorrang vor Einzelaufgaben haben. *Sportfeste* mit Wettkämpfen nach vorgegebenen Regeln umfassen alle Wettbewerbe des Landessportfestes der Schulen, die Bundesjugendspiele sowie alle Sportwettkämpfe, die traditionell in der Gesamtschule veranstaltet werden. Die Öffnung der Schule zum Schulumfeld und in diesem Zusammenhang die Mitwirkung von Eltern, Sportvereinen, Verbänden sowie Trägern der Jugendarbeit können das Angebot einer Schule in hohem Maße bereichern. Möglichkeiten der Zusammenarbeit mit ihnen sollten erprobt und institutionalisiert werden.

6 Hinweise zur Arbeit mit dem Lehrplan

Nach § 7 Abs. 3 Nr. 1 des Schulmitwirkungsgesetzes (SchMG) entscheidet die Fachkonferenz über die Grundsätze zur fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit sowie über die Grundsätze zur Leistungsbewertung.

Alle Beschlüsse der Fachkonferenz Sport werden auf der Grundlage der *Richtlinien für die Gesamtschule, der Rahmenvorgaben für den Schulsport und des Lehrplans für das Fach Sport* getroffen. Es ist zu beachten, dass die Freiheit und Verantwortung der Lehrerinnen und Lehrer bei der Gestaltung des Unterrichts und der Erziehung durch Konferenzbeschlüsse nicht unzumutbar eingeschränkt werden dürfen (§ 3 Abs. 2 SchMG).

Unter Berücksichtigung der Standortbedingungen jeder Schule erstellt die Fachkonferenz Sport einen schuleigenen Lehrplan, der Aussagen zu Obligatorik und Freiraum, zu den Anforderungen in den Doppeljahrgangsstufen, zu Inhalten des Faches im Wahlpflichtbereich II und zu fächerübergreifenden Unterrichtsvorhaben enthält.

Die Fachkonferenz verständigt sich darüber hinaus über Grundsätze der Leistungsbewertung, trifft Entscheidungen zur Umsetzung der reflexiven Koedukation, entwickelt ggf. Initiativen zur Einrichtung eines Sportförderunterrichts, legt außerunterrichtliche Angebote fest und ist für die Sicherung eines Gesamtkonzepts für den Schulsport an der eigenen Schule (Schulsportkonzept) verantwortlich.

Schuleigener Lehrplan

Obligatorik

Im Kapitel 3 des Lehrplans werden die Inhaltsbereiche für den Schulsport in der Sekundarstufe I der Gesamtschule beschrieben und Hinweise zur Obligatorik gegeben. Für die Inhaltsbereiche gilt

- die Verpflichtung, Unterrichtsinhalte mit den Pädagogischen Perspektiven zu verbinden und in Unterrichtsvorhaben zu realisieren
- die Notwendigkeit, alle sechs Perspektiven angemessen zu berücksichtigen
- die Vorgabe, alle Inhaltsbereiche zu berücksichtigen und in jedem Inhaltsbereich die vorgegebene Anzahl an Unterrichtsvorhaben im Verlauf der Sekundarstufe I durchzuführen
- das Ziel, die jeweils genannten obligatorischen Anforderungen zu erfüllen.

Die Fachkonferenz erstellt auf der Grundlage dieser Obligatorik einen Plan für die Doppeljahrgangsstufen und legt fest, *welche* Unterrichtsvorhaben durchgeführt werden sollen. Die im Kapitel 3 für die Inhaltsbereiche beschriebenen Unterrichtsvorhaben sind Beispiele, die berücksichtigt werden können. Sie sind Anregung und Grundlage für die Entwicklung weiterer Unterrichtsvorhaben. Alle entwickelten Unterrichtsvorhaben sollen durch die Fachkonferenz in zeitlichen Abständen evaluiert werden.

Der nachfolgende Plan zeigt beispielhaft, in welcher Form die Fachkonferenz einen Plan für ihre Schule erstellen kann.

Jahrgangsstufen 5/6

Inhaltsbereich	Unterrichtsvorhaben	Zeitl. Umfang ca.	Mit den Unterrichtsvorhaben verbundene Perspektiven
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	● Im Gleichgewicht sein – balancieren können	5	● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
	● Körpersignale wahrnehmen und begreifen – sich selbst aufwärmen können	5	● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln
	● Progressive Muskelentspannung kennen lernen und anwenden	5	● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	● Spielmöglichkeiten auf unserem Schulhof entdecken und gestalten	5	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
	● Wir erfinden Spiele mit dem Wurfgerät Frisbee	5	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	● Laufen – Springen – Werfen vielfältig erfahren	10	● Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
	● Schnell und geschickt um und über Hindernisse laufen	5	● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
	● Üben und Trainieren für einen leichtathletischen Wettkampf	10	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	● Über die Verbesserung des Bewegungsgefühls im Wasser Sicherheit gewinnen	5	● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
	● Vielseitiges Wasserspringen	5	● Etwas wagen und verantworten
	● Sicher und ausdauernd in Bauch- und Rückenlage schwimmen können	8	● Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

5. Bewegen an Geräten – Turnen	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich vielfältig an Geräten bewegen 	10	<ul style="list-style-type: none"> ● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
	<ul style="list-style-type: none"> ● Die Schwerkraft spüren und überwinden 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Etwas wagen und verantworten
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	<ul style="list-style-type: none"> ● Klang, Rhythmus und Musik als Impulse für Bewegungsgestaltung nutzen 	8	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten
	<ul style="list-style-type: none"> ● Wir erfinden, üben und präsentieren Kunststücke 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten
7. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> ● Grundfertigkeiten Großer Sportspiele gemeinsam erschließen und anwenden 	10	<ul style="list-style-type: none"> ● Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
	<ul style="list-style-type: none"> ● Wir entwickeln unsere gemeinsamen Regeln für ein Torschusspiel 	8	<ul style="list-style-type: none"> ● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport	<ul style="list-style-type: none"> ● Wir suchen unser Gleichgewicht beim Fahren und Rollen mit vielfältigen Sport- und Spielgeräten 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
	<ul style="list-style-type: none"> ● Geschickt und sicher Rad fahren 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	<ul style="list-style-type: none"> ● Kleine Kämpfe – Das Zweikämpfen spielerisch erfahren 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich fallen lassen und gehalten werden 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Etwas wagen und verantworten
Projekte/inhaltsbereichsübergreifende und fächerübergreifende Unterrichtsprojekte	<ul style="list-style-type: none"> ● Unser Beitrag zum Schulfest: Eine Zirkusvorführung 	5	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten
		5	<ul style="list-style-type: none"> ● Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

Jahrgangsstufen 7/8

Inhaltsbereich	Unterrichtsvorhaben	Zeitl. Umfang ca.	Mit den Unterrichtsvorhaben verbundene Perspektiven
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	● Die eigene Kraft erproben und verbessern	5	● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
	● Koordiniertes Bewegen ist sicheres Bewegen	5	● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	● Kleine Spiele bedürfnisgerecht variieren	6	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
	● New Games – Welche Spiele sind für uns geeignet?	5	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
	● Wir stellen eine Spielesammlung zusammen	5	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	● Wir lernen ausgewählte leichtathletische Disziplinen näher kennen	10	● Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
	● Leistungs- und Wettkampfsituationen erfahren und gestalten	8	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	● Gesundes Schwimmen – Rückenschwimmen	6	● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln
5. Bewegen an Geräten – Turnen	● Gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern turnen	10	● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
	● Attraktive Wettkampfmöglichkeiten im Turnen selbst entwickeln	10	● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten ● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz/Bewegungskünste	● Bewegungskünste entwickeln und präsentieren	10	● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten
	● Wir entdecken den Einfluss unterschiedlicher Musik auf unsere Bewegung	8	● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

7. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	● Den Ball volley spielen	10	● Kooperieren, wett-kämpfen und sich verständigen ● Kooperieren, wett-kämpfen und sich verständigen
	● Vom Gegeneinander zum Miteinander – Spielfähigkeit entwickeln	10	
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport	● Vielfältiges, spielerisches und kreatives Inline-Skating	10	● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	● Würfe wagen und verantworten	5	● Etwas wagen und verantworten
Projekte/inhaltsbereichsübergreifende und fächerübergreifende Unterrichtsvorhaben	● Fortbewegung auf dem Wasser – eine Kanutour ● Eine Reise in den Winter – Ski-, Snowboard- und Schlitten fahren		● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern ● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Jahrgangsstufen 9/10

Inhaltsbereich	Unterrichtsvorhaben	Zeitl. Umfang ca.	Mit den Unterrichtsvorhaben verbundene Perspektiven
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	● Fitness – ein Beitrag zu mehr Lebensqualität	10	● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	● Wir spielen Spiele aus anderen Kulturen	6	● Kooperieren, wett-kämpfen und sich verständigen
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	● Orientierungsläufe mit Karte und Kompass	10	● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich selbst und andere retten können ● Ausgewählte Schwimmtechniken und die entsprechenden Starts und Wenden näher kennen lernen 	10 10	<ul style="list-style-type: none"> ● Etwas wagen und verantworten ● Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
5. Bewegen an Geräten – Turnen	<ul style="list-style-type: none"> ● Klettern in und außerhalb der Schule ● Partner- und Gruppenakrobatik 	10 8	<ul style="list-style-type: none"> ● Etwas wagen und verantworten ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten ● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	<ul style="list-style-type: none"> ● Bewegungskünste entwickeln und präsentieren ● Tänze kennen lernen und variieren 	10 8	<ul style="list-style-type: none"> ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten
7. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> ● Regelstrukturen erkennen und gestalten am Beispiel Fußball ● Vom Gegeneinander zum Miteinander – Spielfähigkeit entwickeln 	5 10	<ul style="list-style-type: none"> ● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen ● Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport	<ul style="list-style-type: none"> ● Gelegenheiten für das Radfahren in der Umgebung erkunden und gemeinsam Verhaltensregeln erarbeiten 	10	<ul style="list-style-type: none"> ● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern ● Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln
9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	<ul style="list-style-type: none"> ● Im Zweikampf Stärke zeigen 	6	<ul style="list-style-type: none"> ● Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
Projekte/inhaltsbereichsübergreifende und fächerübergreifende Unterrichtsvorhaben	<ul style="list-style-type: none"> ● Mit turnerischen und gymnastisch-tänzerischen Elementen Bewegungstheater gestalten 		<ul style="list-style-type: none"> ● Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten

Freiraum

Die fakultativ zur Verfügung stehenden Stunden bieten den Lehrkräften Möglichkeiten, weitere Akzente in ihrer pädagogischen Arbeit zu setzen:

- In inhaltsbereichs- und fächerübergreifenden Projekten oder Unterrichtsvorhaben können komplexe Themen aus der Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen bearbeitet werden.
- In Unterrichtsvorhaben, die neue Entwicklungen und Trends im außerschulischen Sport aufgreifen, kann eine Verbindung zwischen Schule und Alltagswelt der Kinder und Jugendlichen hergestellt werden.
- In Unterrichtsvorhaben, in denen die individuellen Bedürfnisse und Interessen der Kinder und Jugendlichen leitend sind, können gezielt Schwächen ausgeglichen und Stärken gefördert werden.
- Mit Unterrichtsvorhaben, die besondere spiel- und sportbezogene Möglichkeiten im Schulumfeld aufgreifen, kann eine Integration des Schulsports in lokale Strukturen gefördert werden.
- In Unterrichtsstunden, die von Schülerinnen und Schülern gestaltet werden (Initiativstunden), können Lehrkräfte erkennen, inwieweit die Kinder und Jugendlichen erworbene Kompetenzen selbstbestimmt und selbstverantwortlich einbringen können.
- In Unterrichtsstunden, die sich an obligatorische Unterrichtsvorhaben anschließen, können die Bewegungs- und Spielkompetenzen der Schülerinnen und Schüler weiter verbessert werden.

Anforderungen in den Doppeljahrgangsstufen

Die Fachkonferenz verständigt sich darüber, welche Mindestqualifikationen die Schülerinnen und Schüler am Ende jeder Doppeljahrgangsstufe erworben haben sollen. Anhaltspunkte geben dabei die für die Inhaltsbereiche ausgewiesene Obligatorik und die Kriterien für die Leistungsbewertung.

Inhalte des Faches im Wahlpflichtbereich II und fächerübergreifende Unterrichtsvorhaben

Für den Wahlpflichtbereich II legt die Fachkonferenz fest, welche Inhalte des Faches berücksichtigt werden sollen. Dabei ist Lernen in fächerübergreifenden Zusammenhängen anzustreben. Dies kann z. B. in Unterrichtsvorhaben verwirklicht werden, die sich auf folgende Lernfelder beziehen:

- Identität und soziale Beziehungen
- Ökologie/Umgang mit der Welt
- Darstellung, Veränderung, Gestaltung
- Gesundheit und Wohlbefinden.

Die Fachkonferenz entscheidet, an welchen fächerübergreifenden Unterrichtsvorhaben sich das Fach Sport in den Jahrgangsstufen beteiligt.

Leistungsbewertung

Unter Berücksichtigung der Grundsätze zur Leistungsbewertung (vgl. Kapitel 4) kommt der Fachkonferenz die Aufgabe zu, konkrete Leistungskriterien im Hinblick auf spezifische Unterrichtsvorhaben zu entwickeln und zu diskutieren.

Die möglichen Beurteilungskriterien lassen sich im Wesentlichen unter drei gleichberechtigten Aspekten gliedern, die je nach pädagogischer Schwerpunktsetzung der Unterrichtsvorhaben unterschiedlich gewichtet werden können.

Mögliche Fragen zu den Aspekten sollen den Lehrkräften Anhaltspunkte liefern, wie sie zu ihren Bewertungen kommen können:

● **Sachliche Aspekte, z. B.:**

- individuelle sportmotorische Lern- und Leistungsfortschritte hinsichtlich der Kondition, Koordination, Bewegungsqualität; allgemeine und spezielle Spielfähigkeit; körper- und sportbezogenes Wissen; Ästhetik; Kreativität; Vielseitigkeit

Mögliche Fragen:

Welche Leistungen sind vor dem Hintergrund der individuellen Möglichkeiten erbracht worden?

Wie hat die Schülerin/der Schüler an der Verbesserung der konditionellen, technischen, taktischen, koordinativen Fähigkeiten gearbeitet?

Hat die Schülerin/der Schüler Interesse an sportbezogenen Fragen und Problemen gezeigt und ihre/seine Kenntnisse erweitert?

● **Soziale Aspekte, z. B.:**

- Kommunikationsfähigkeit; Kooperations- und Integrationsfähigkeit; Konfliktfähigkeit; Zuverlässigkeit; Umgang mit Regeln und Vereinbarungen; Toleranz und Empathie; Hilfsbereitschaft

Mögliche Fragen:

Mit welcher Verlässlichkeit wurden Aufgaben ausgeführt? Wurden vereinbarte Regeln beachtet und eingehalten?

Wie wurde mit anderen zusammengearbeitet? Welchen Grad an Teamfähigkeit hat die Schülerin, der Schüler im Unterricht entwickelt?

Welche Fähigkeiten hat die Schülerin, der Schüler im Unterstützen, Helfen und Sichern erworben? Wie wurde mit diesen Fähigkeiten umgegangen?

● **Personale Aspekte, z. B.:**

- Lernfähigkeit; Lernbereitschaft; Selbsteinschätzung; Anstrengungsbereitschaft; Beharrlichkeit; Verantwortlichkeit; Reflexionsfähigkeit; Gesundheitsbewusstsein

Mögliche Fragen:

Wie war die Mitarbeit, das unterrichtliche Engagement? Mit welcher Beharrlichkeit wurde geübt und trainiert?

Wie eigenständig wurden Aufgaben gelöst?

Die Fachkonferenz trifft in diesem Zusammenhang auch Absprachen, in welcher Weise die Leistungsbewertung den Schülerinnen und Schülern transparent gemacht werden kann. Das pädagogische Protokoll bietet sich z. B. hierfür besonders an. In einer einfachen Dreier-Kodierung (positiv, negativ, ohne Bewertung) kann es als Hilfestellung bei der Beobachtung der individuellen Lernentwicklung und auch als Grundlage für Beratungsgespräche mit Schülerinnen und Schülern dienen.

Koedukativer Unterricht

Reflexive Koedukation ist ein Bildungsauftrag von Schule und gleichzeitig ein wichtiges Prinzip der Unterrichtsgestaltung. Für die Gestaltung einer reflexiven Koedukation im Sportunterricht sind reflektierte und bewusste didaktisch-methodische Entscheidungen zu treffen, die der geschlechtsspezifischen Körper- und Bewegungssozialisation Rechnung tragen und das Geschlechterverhältnis selbst zum Thema machen. Das kann sowohl im gemeinsamen als auch im getrenntgeschlechtlichen Unterricht erfolgen. Eine Trennung von Schülerinnen und Schülern muss auf den koedukativen Kontext bezogen werden. In diesem Zusammenhang trifft die Fachkonferenz Vereinbarungen über die Umsetzung der reflexiven Koedukation.

Außerunterrichtliche Angebote des Schulsports

Im Schulleben einer Ganztagschule hat Bewegung, Spiel und Sport einen besonderen Stellenwert (vgl. Kapitel 5). Die Sportlehrkräfte sollen in dem wichtigen Bereich des außerunterrichtlichen Schulsports bewährte standortspezifische und profilbildende Strukturen pflegen, aber auch neue Initiativen starten. Wichtige Bereiche sind u. a.:

- Gestaltung des Schulgeländes
- Organisation von Spiel- und Materialausgaben in den Pausen
- Öffnung von Sporthallen in den Pausen
- Offene Angebote in den Mittagspausen
- Durchführung von Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt
- Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote in Schulsportgemeinschaften
- Durchführung von Spiel- und Sportfesten sowie von Sportwettkämpfen auf verschiedenen Ebenen
- Zusammenarbeit mit außerschulischen Institutionen (z. B. Vereinen).

Schulsportkonzept

Mit der Erstellung eines schuleigenen Lehrplans und den Vereinbarungen über ein Angebotsspektrum im außerunterrichtlichen Schulsport schafft die Fachkonferenz Sport die Grundlage für ein Schulsportkonzept.

Zu seiner Sicherung gilt es, die innerschulische kollegiale Zusammenarbeit zu erweitern und gegebenenfalls zu verbessern. Dazu gehören u. a. der Austausch über gelungene Unterrichtsvorhaben, die gemeinsame Planung von Unterrichtsvorhaben, die kollegiumsinterne Fortbildung und gegenseitige Hospitationen und Beratungen.

Im Rahmen ihres Schulsportkonzepts entwickelt die Fachkonferenz Sport auch Initiativen zur Verankerung von Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm.

Das Schulsportkonzept ist in angemessenen Abständen zu überprüfen und fortzuschreiben.

