



**Schulinterner Lehrplan
zum Kernlehrplan für die Gesamtschule
Sekundarstufe I
an der GLS**

Sport

(Stand: 26.11.2025)



Aufgaben und Ziele des Faches

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I der Gesamtschule leistet einen spezifischen Beitrag zur Erfüllung des Bildungsauftrags dieser Schulform. Er baut auf den in der Grundschule erworbenen Kompetenzen auf und ist der Entwicklung und Förderung ganzheitlicher Bildung von Kindern und Jugendlichen verpflichtet.

Bei allen Kindern und Jugendlichen soll die Freude an der Bewegung sowie am individuellen und gemeinschaftlichen Sporttreiben geweckt, erhalten und vertieft werden.

Die Vielfalt der sozialen Voraussetzungen und der kulturellen Herkunft soll als bereichernd erfahren werden. Unterschiede sollen bewusst erlebt, Verschiedenheit respektiert und gemeinsames Lernen erlebt werden. Dabei wird der Heterogenität und Vielfalt in der Gestaltung von Schule und Unterricht Rechnung getragen. Die eigene Bewegung und Körperwahrnehmung sollen vielfältig in unterschiedlichen individuellen und sozialen sowie sport- und bewegungsbezogenen Zusammenhängen entwickelt werden. Dabei werden unterschiedliche Sinnrichtungen und Motive sowie deren Bedeutsamkeit für Schülerinnen und Schüler berücksichtigt.

Die entsprechende pädagogische und fachdidaktische Grundlegung für das Fach Sport ist für alle Schulformen und Schulstufen in den Rahmenvorgaben für den Schulsport in der jeweils geltenden Fassung differenziert entfaltet (s. Rahmenvorgaben im Informationsfeld Service unter www.schulsport-nrw.de). Die pädagogische Leitidee für den Sportunterricht, der sportbezogen bilden und gleichzeitig erziehen soll, wird als Doppelauftrag formuliert:

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

Dieser Doppelauftrag wird im Schulsport und insbesondere im Sportunterricht immer auf der Grundlage der sechs pädagogischen Perspektiven/Inhaltsfelder (IF) realisiert, die in den Rahmenvorgaben ausführlich erläutert sind:

- **Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)**
- **Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)**
- **Etwas wagen und verantworten (C)**
- **Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)**
- **Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (E)**
- **Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F).**



Die umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport wird fachlich durch die folgenden Kompetenzbereiche strukturiert, die die zu erreichenden Kompetenzen bei den Schülerinnen und Schülern handlungs- und prozessbezogen bündeln:

- Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (**BWK**)
- Methodenkompetenz (**MK**)
- Urteilskompetenz (**UK**)

Dabei bildet die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz den fachlichen Kern der Kompetenzentwicklung und jeweils den Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz.



Jahrgangsstufen 5/6

Bewegungsfelder und Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	IF	Kompetenzerwartungen Am Ende der Jahrgangsstufe 6 können die Schülerinnen u. Schüler
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	➤ Im Gleichgewicht sein – balancieren können ➤ Körpersignale wahrnehmen und begreifen – sich selbst aufwärmen können ➤ Trainieren auf dem Ruderergometer	A F	BWK: sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktionen wahrnehmen und steuern. MK: sich unter Anleitung sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an ausgewählten eigenen Körperreaktionen wahrnehmen und steuern. UK: ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen.
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	➤ Spielmöglichkeiten auf unserem Schulhof und in unseren Sporthallen entdecken und gestalten ➤ Wir erfinden Spiele mit dem Wurfgerät, z.B. Frisbee	E	BWK: einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen benennen und erläutern. MK: einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. UK: Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.
3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik -	➤ Laufen – Springen – Werfen vielfältig erfahren ➤ Laufen im Sponsorenlauf (6. Jahrgang) ➤ Üben und trainieren für die Bundesjugendspiele und das DSA	D A E	BWK 1: beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen. BWK 2: einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen. BWK 3: leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert ausführen. MK 1: leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen. MK 2: grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. UK: die individuelle Gestaltung des Lauf tempos bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen.
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen -	➤ Mehr Sicherheit im Wasser gewinnen ➤ Vielseitiges Wasserspringen ➤ Sicher und ausdauernd in Bauch- und Rückenlage schwimmen können	A C D	BWK 1: das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. BWK 2: eine Ausdauerleistung (ca. 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen. BWK 3: das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen. MK 1: einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. MK 2: Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. UK: Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.



Schulinterner Lehrplan SPORT für die Sekundarstufe I



5. Bewegen an Geräten - Turnen -	➤ Sich vielfältig an Geräten bewegen ➤ Die Schwerkraft spüren und überwinden ➤ Akrobatische Partnerfiguren erlernen und präsentieren ➤ Wagnissituationen kennen und einschätzen lernen	A C	BWK 1: eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten. BWK 2: technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. BWK 3: elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang- und Stützgeräte) ausführen. MK 1: Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen. MK 2: in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden. UK: turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten.
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste -	➤ Klang, Rhythmus und Musik als Impulse für Bewegungsgestaltung nutzen ➤ Klassentanz, Kleingruppentänze (Vorbereitung auf Turnier in Jg. 6) ➤ Wir erfinden, üben und präsentieren Kunststücke	B	BWK 1: grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z. B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein oder mit Partnerinnen/Partnern ausführen BWK 2: mit ungewöhnlichen Materialien (z. B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Beweigens auf andere Objekte übertragen. MK1: durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen MK2: die Präsentation einer selbst entwickelten Choreographie aufnehmen (z.B. mit Hilfe eines iPads), um sie anhand erarbeiteter Gestaltungskriterien bewerten zu können (Medienkompetenz). UK: einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten.
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele -	➤ Grundfertigkeiten Großer Sportspiele gemeinsam erschließen und anwenden ➤ Wir entwickeln unsere gemeinsamen Regeln für ein Torschusspiel ➤ Einführung der Sportspiele übers Netz (Hinführung Volleyball) ➤ Einführung der Rückschlagspiele mit Partner (Badminton, Tischtennis usw.) ➤ In Jg. 5/6 Tischtennis zur Vorbereitung auf den Milchcup-Wettbewerb ➤ Hockey ggf. in Kooperation mit dem RTHC	D E	BWK 1: in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen. BWK 2: sich in Spielsituationen gegenüber Mitspieler/innen und Gegner/innen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen. BWK 3: ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair miteinander spielen MK: spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden UK: einfache Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport	➤ Fahrrad – Verkehrserziehung ➤ Pedalo und Co. – Spiel- und Wettkampfformen mit dem Rollbrett und Pedalo entwickeln ➤ Fahren mit dem Maxboard/Longboard – gegenseitiges Unterstützen beim Erlernen dieser neuen Fortbewegungsart	A F E	BWK: sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät sicher fortbewegen, sowie die Fahrtrichtung ändern, ausweichen und bremsen. Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen. MK: grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten UK: Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen

9. Ringen und Kämpfen-	➤ In kleinen Zweikampf- und Gruppenkämpfen		BWK 1: normengebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin
------------------------	--	--	--



Schulinterner Lehrplan SPORT für die Sekundarstufe I



Zweikampfsport -	mit- und gegeneinander kämpfen lernen Gruppenkämpfe (z.B. Mattenkönigin, Niemandsland, Schildkröten drehen, Ball im Gewühl, Kampf um den Ball, Poolnudel-Schwertkampf) ➤ Regeln lernen, entwickeln und anwenden: STOP-REGEL, RAD (Respekt, Aufmerksamkeit und Disziplin)		oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. BWK 2: sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner übernehmen. MK 1: grundlegende Regeln entwickeln, in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. MK 2: durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen. UK 1: einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. UK 2: die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen.
Projekte/ fächerüber- greifende Unterrichts-vorhaben	➤ Bei Schulfesten können bei Bedarf Spiel- und Sportvorführungen angeboten werden ➤ Tanz-Turnier für den 6. Jahrgang ➤ Milchcup für den 5./6. Jahrgang ➤ Ruderregatta-Wettbewerb für die Jahrgänge 5/6/7 – „Die schnellste Klasse Deutschlands“	B	



Jahrgangsstufen 7/8

Bewegungsfelder und Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	PP	Kompetenzerwartungen Am Ende der Jahrgangsstufe 8 können die Schülerinnen u. Schüler
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	➤ Die eigene Kraft erproben und verbessern ➤ Koordiniertes Bewegen ist sicheres Bewegen ➤ Trainieren auf dem Ruderergometer	A F	BWK: ihre Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben. MK: Elemente eines Aufwärmprozesses (z. B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen) nach vorgegebenen Kriterienzielgerichtet leiten. UK: ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	➤ Kleine Spiele bedürfnisgerecht variieren und Regeln passend einfügen ➤ New Games – Welche Spiele sind für uns geeignet?	E	BWK: ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. MK: ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. UK: Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.
3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik -	➤ Wir lernen ausgewählte leichtathletische Disziplinen näher kennen ➤ Leistungs- und Wettkampfsituationen erfahren durch BJS und DSA	D E	BWK 1: beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegende körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. BWK 2: einen leichtathletischen Mehrkampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen und unter Berücksichtigung von Interessens- und Leistungsunterschieden variieren. BWK 3: einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen. MK: unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren. UK: die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen.
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen -	➤ Kann nur in projektartigen Aktionen wie Unterrichtsgängen realisiert werden.		
5. Bewegen an Geräten - Turnen -	➤ Gemeinsam mit Partnerinnen und Partnern turnen ➤ Attraktive Kuren im Turnen (an verschiedenen Geräten) selbst entwickeln	E B	BWK 1: grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren. BWK 2: gemeinsam (z. B. synchron) eine turnerische Bewältigung von Gerätebahnen und Gerätekombinationen realisieren. MK 1: den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen MK 2: grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden. UK 1: Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen. UK 2: Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen.



Schulinterner Lehrplan SPORT für die Sekundarstufe I



6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste -	➤ Bewegungskünste entwickeln und präsentieren ➤ Wir entdecken den Einfluss unterschiedlicher Musik auf unsere Bewegung	B	BWK 1: technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät z. B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang- oder Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben. BWK 2: grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden. BWK 3: Bewegungsgestaltungen (z. B. Paar- oder Gruppentänze, Fitnesschoreografien) in rhythmischen Strukturen zu Musik – auch in der Gruppe - umsetzen und präsentieren. BWK 4: Objekte und Materialien für das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren. BWK 5: ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen. MK sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren. UK die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele -	➤ Weiterentwickeln der Sportspiele Volleyball und Badminton ➤ Einführung des Flag-Football ➤ Einführung des Sportspiels Basketball ➤ Vom Miteinander zum Gegeneinander – Spielfähigkeit in den großen Sportspielen entwickeln, schwerpunktmäßig im Sportspiel Volleyball und im Rückschlagspiel Badminton ➤ In Jg. 8 Fußball zur Vorbereitung auf das SoR-Fußballturnier	E	BWK 1: sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. BWK 2: ein großes Mannschaftsspiel in vereinfachter Form fair mit- und gegeneinander spielen. MK: grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktionen benennen. UK: komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport	➤ Fahren mit dem Maxboard/ Longboard– Erproben und Üben von Bewegungskunststücken ➤ Spiel- und Wettkampfformen entwickeln	E A C	BWK: komplexere Bewegungsabläufe des ausgewählten Schwerpunktes beim Gleiten oder Fahren oder Rollen kontrollieren und eine vorgegebene Strecke/Parcours schnell oder ausdauernd bewältigen MK: Gefahrensituationen in ausgewählten Lern- und Übungsprozessen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen erkennen, benennen und vereinbarte Sicherheits- und Organisationsmaßnahmen einhalten UK: die Anforderungen zur Bewältigung von Gleit- Fahr- oder Rollsituationen einschätzen und den Schwierigkeitsgrad beurteilen.
9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport -	➤ Kleine Kämpfe – das Zweikämpfen spielerisch erfahren ➤ Sich fallen lassen und gehalten werden ➤ Würfe wagen und verantworten	E C	BWK 1: normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen (z. B. bei grundlegende Wurf-, Fall und Bodenkampftechniken) von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. BWK 2: körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen. MK 1: grundlegende Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. MK 2: durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von komplexen Techniken zum Erfolg verhelfen. UK: komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.
Projekte/ fächerüber- greifende Unterrichtsvorhaben	➤ Schulinternes SoR-Fußballturnier in Jg. 8 ➤ Schulinternes FFB-Fußballturnier in Jg. 7/8 ➤ Die FK begrüßt jede Klassenfahrt, die mit sportlichen Inhalten geplant wird ➤ Ruderregatta-Wettbewerb für die Jahrgänge 5/6/7 – „Die schnellste Klasse Deutschlands“	F	



Jahrgangsstufen 9/10

Bewegungsfelder und Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	PP	Kompetenzerwartungen Am Ende der Jahrgangsstufe 10 können die Schülerinnen u. Schüler
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	➤ Fitness – ein Beitrag zu mehr Lebensqualität	F	BWK 1: sich selbstständig funktional – allgemein und in Ansätzen sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse grundlegend planen sowie dabei die Intensität des Prozesses an den Körperreaktionen wahrnehmen und steuern. BWK 2: ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen. MK 1: grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben. MK 2: ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	➤ Wir spielen Spiele aus anderen Kulturen, z.B. Baseball, Flagfootball, Ultimate	E	BWK 1: komplexere spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden. BWK 2: Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. MK: komplexe Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. UK: Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport– hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen.
3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik -	➤ Laufen unter verschiedenen Sinngebungen ➤ Verfeinerung von ausgewählten Wurf- und Sprungtechniken zur Vorbereitung auf BJS und zur Erlangung des DSA	F D	BWK 1: leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitensniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern. BWK 2: eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen und Hürdenlauf) in der Grobform ausführen. BWK 3: beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca. 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben. BWK 4: einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (z.B. Mehrkampf, Biathlon, Orientierungslauf Spielfest) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten und durchführen.
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen	➤ Schnell und ausdauernd in Bauchlage schwimmen können - Verfeinerung der Schwimmtechniken zur Erlangung des DSA ➤ Sicherheitsaspekte im Schwimmen vertiefen Nur in projektartigen Aktionen wie Unterrichtsgängen realisierbar!	A D	BWK 1: technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch und Rückenlage sicher anwenden. BWK 2: eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen und Bewegungsmerkmale beschreiben. BWK 3: eine Ausdauerleistung (ca. 20 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen. BWK 4: Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden. MK: grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen weitgehend selbstständig vorbereiten. UK: die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen.



5. Bewegen an Geräten -	➤ an individuelle Leistungsvoraussetzungen	C	BWK 1: eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung
-------------------------	--	---	---



Schulinterner Lehrplan SPORT für die Sekundarstufe I



Turnen -	- angepasstes Klettern an Sportgeräten - Partner- und Gruppenakrobatik - Wagnissituation erleben und durch die Unterstützung von Partnerin bzw. Partner bewältigen - Die FK begrüßt Exkursionen, die diesen Inhaltsbereich abdecken.	E	der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen. BWK 2: an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. MK 1: in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. MK 2: zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern. UK 1: Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. UK 2: die eigene Leistung und die Leistung anderer in Lern- Übungs- und Gestaltungsprozessen nach vereinbarten Kriterien einschätzen sowie eine Präsentation bewerten.
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste -	- Bewegungskünste entwickeln und präsentieren - Tänze kennenlernen und variieren	B	BWK 1: einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren. BWK 2: ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/ Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren. UK: bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele -	- Regelstrukturen erkennen und gestalten am Bsp. untersch. Sportspiele, Schwerpunkt Badminton - Tchoukball in Vorbereitung auf das schulinterne Turnier für den 9. Jahrgang - Volleyball in Vorbereitung auf das schulinterne Turnier für den 10. Jahrgang - Einführung komplexer Sportspiele, z.B. Hockey und Handball - Vom Gegeneinander zum Miteinander – Spielfähigkeit entwickeln	E	BWK 1: sich in einfachen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. BWK 2: komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben BWK 3: die Merkmale fairen Spielens reflektieren und erläutern BWK 4: das ausgewählte Sportspiel (Volleyball) auf fortgeschrittenem Niveau spielen und spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern MK: Darstellungen von Spielsituationen erläutern und umsetzen UK: die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen.
8. Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport	Die FK begrüßt Exkursionen, die diesen Inhaltsbereich abdecken, ansonsten Vertiefung Skateboardfahren	A C E	BWK: sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Berücksichtigung der Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale nach vorgegebenen Kriterien erläutern.
9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport -	- Im Zweikampf Stärke zeigen - Freiere Formen des sportlichen Zweikampfes erlernen - Der Stockkampf - Schläge und Blöcke mit einem und zwei Stöcken (Techniken zur Vorbereitung einer simulierten Kampfsituation mit dem Stock)	A	BWK 1: grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und grundlegend in ihrer Funktion erläutern. BWK 2: mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. MK 1: Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. MK 2: kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben. UK 1: die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen nach vereinbarten Kriterien beurteilen. UK 2: Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen.
Projekte/ fächerüber- greifende Unterrichtsvorhaben	Die FK unterstützt das Einüben von sportlichen Programmpunkten bei Abschlussfeiern	B	



Schulinterner Lehrplan SPORT für die Sekundarstufe I



	➤ Tchoukball-Turnier für den 9. Jahrgang ➤ Volleyball-Turnier für den 10. Jahrgang		
--	--	--	--