



---

Schulinterner Lehrplan des Faches

# Sport

(Basiskatalog)

Stand: **Dezember 2013**

# Klasse 5/6

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
<p>Spielen in u. mit Regelstrukturen / Sportspiele</p> <p>Schwerpunkt Basketball (Klasse 5) Basketballturnier</p> <p>Fußball (Klasse 6) Fußballturnier</p>	<p>Basketball u. Fußball als Mannschaftsspiel in Grobform nach vereinbarten Regeln fair mit- und gegeneinander spielen</p> <p>Grundlegende technische, taktische u. koordinative Fertigkeiten anwenden u. benennen können (BWK).</p> <p>Spielregeln u. -situationen erläutern u. umsetzen können (MK).</p> <p>Die eigenen Fertigkeiten beurteilen können u. ein Spiel leiten können (UK).</p>	<p>15</p>	<p>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A ).</p> <p>Kooperieren, an Wettkämpfen teilnehmen und sich verständigen (E ).</p> <p>Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F).</p>

# Klasse 5/6

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
<p>Bewegen im Wasser</p> <p>Schwimmen</p> <p>Teilnahme an der Stadtmeisterschaft</p>	<p>Allgemeine u. Spezifische Wassergewöhnung (BWK).</p> <p>Sicher u. angstfrei sich im tiefen Wasser bewegen können (BWK / UK)</p> <p>Erlernen der wesentlichen technischen Elemente von: Kraulschwimmen; Brustschwimmen; Rückenschwimmen jeweils mit Start u. Wende(BWK /MK )</p> <p>Strecken- u. Tieftauchen (BWK / MK)</p> <p>Selbst- u. Fremdrettung (BWK / UK)</p> <p>Einführung ins Wasserspringen / Kopf- u. Fußsprünge (BWK)</p> <p>Verhaltensregeln (UK)</p> <p>Baderegeln (UK)</p> <p>Erwerb der Schwimmabzeichens (Seepferdchen; Bronze, Silber und Gold) (BWK).</p>	<p>Kl. 5/6 80</p>	<p>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)</p> <p>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</p> <p>Kooperieren, an Wettkämpfen teilnehmen u. sich verständigen (E)</p> <p>Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)</p> <p>Bewegungen gestalten (B)</p> <p>Etwas wagen und verantworten (C)</p>

## Klasse 5/6

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	<p>Herausforderungen des Körpergleichgewichts entdecken und individuelle Möglichkeiten entwickeln (BWK / MK)</p> <p>Belastungsintensität von verschiedenen Bewegungssituationen erproben und vergleichen (Fitnessparcour / Circuittraining) (BWK / UK)</p> <p>Funktionen des Aufwärmens erfahren (MK / UK)</p> <p>Entspannungsübungen (BWK / MK / UK)</p>	16	<p>Bewegungen gestalten (B)</p> <p>Kooperieren und sich verständigen (E)</p> <p>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)</p> <p>Gesundheit fördern / Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)</p>
<p>Laufen, Springen, Werfen</p> <p>Leichtathletik</p> <p>Teilnahme an Bundesjugendspielen</p>	<p>Leichtathletische Disziplinen (Lauf / Sprung / Wurf) nach vorgegebenen Regeln ausführen können (BWK)</p> <p>Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen u. Messverfahren sachgerecht anwenden können (MK)</p> <p>Eigene Leistungen einschätzen u. bewerten können (UK)</p>	20	<p>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)</p> <p>Erlernte Bewegungsabläufe in Wettkampfformen anwenden (D)</p>

## Klasse 5/6

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
<p>Bewegen an Geräten</p> <p>Turnen</p>	<p>Körperspannung aufbauen können (BWK)</p> <p>Wechsel von An- und Entspannung (BWK)</p> <p>Orientierungsfähigkeit als ein Element von Bewegungskontrolle erleben (BWK)</p> <p>Partner- und Gruppenturnen (MK / UK) (z.B. Synchronturnen)</p> <p>Geschicklichkeit herausfordern (BWK) (z.B. Geräteparcours)</p> <p>Schwerkraft erspüren und überwinden (BWK) (z.B. Schwingen an Ringen und Tauen)</p> <p>Sichern u. Helfen (MK)</p> <p>Geräteauf- u. abbau (MK)</p> <p>Bewegungsabläufe beurteilen können (UK)</p>	<p>20</p>	<p>Kooperieren und sich verständigen (E)</p> <p>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)</p> <p>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</p>

## Klasse 5/6

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
<p>Gestalten, Tanzen, Darstellen</p> <p>Gymnastik/Tanz</p>	<p>Sich körperlich ausdrücken und Bewegung gestalten (BWK)</p> <p>Wirkung bzw. Einfluss von Rhythmus auf die eigenen Bewegungen entdecken (BWK)</p> <p>Einfache Bewegungs- u. Gestaltungsaufgaben lösen (MK) u. bewerten (UK) können</p>	14	<p>Etwas wagen und verantworten (C)</p> <p>Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)</p> <p>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</p> <p>Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)</p> <p>Kreativität fördern (B)</p>
<p>Ringens und Kämpfen</p> <p>Zweikampfsport</p>	<p>An- und Abgrüßen als Ritual verstehen lernen</p> <p>Kraft in Spielformen erproben (BWK)</p> <p>Ringens nach vorher aufgestellten Regeln und Erlernen von verschiedenen Würfen und Techniken (BWK)</p> <p>Grundlegende Regeln entwickeln u. in Kampfsituationen anwenden können (MK)</p>	10	<p>Bewegungserfahrungen sammeln u. erweitern (A)</p> <p>Umgang mit Risiken bzw. Risikovermeidung (C)</p> <p>Mit- u. Gegeneinander kämpfen (E)</p> <p>Unfall- u. Verletzungsprophylaxe (F)</p>

## Klasse 5/6

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
	Chancengleichheit beurteilen (UK)		
Gleiten, Fahren, Rollen  Roll-, Boots- und Wassersport	Fahrradparcours im Rahmen der Verkehrserziehung (BWK)  Rollen u. Balancieren mit Geräten (BWK)  Sicherheitsvereinbarungen verlässlich einhalten (MK) u. Gefahrenmomente für sich u. andere einschätzen (UK) können	10	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)  Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)  Umgang mit Risiko u. Risikovermeidung (C)

## Klasse 7/8

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Fitnessstraining: Grundlagen von Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer erfahren (BWK)  Leistungsgrenzen austesten (BWK)  selbstständiges, zielgerichtetes Aufwärmen (MK)	20	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern (A) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Sportspiele im Vergleich, abgewandelt, kombiniert u. neu erfunden u. aus anderen Kulturen(BWK / MK)  Wir verbessern unsere Spielfähigkeit durch Ballkoordinierungsschulung und nutzen dabei verschiedene Spielräume (BWK / MK)  Das eigene Spielverhalten beurteilen (UK)	16	Kooperieren, an Wettkämpfen teilnehmen u. sich verständigen (E)
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik  Teilnahme an den Bundesjugendspielen	Ergänzung und Vertiefung der vorhandenen technischen Erfahrungen, Fertigkeiten und Fähigkeiten am Beispiel des Sportabzeichens oder der Bundesjugendspiele der Leichtathletik (BWK)  Verschiedene Konzeptionen von Trainingsformen erfahren und reflektieren (MK)  Leistung ist relativ – individuellen Voraussetzungen in Wettkampfsituationen gerecht werden (UK)	40	Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

## Klasse 7/8

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Bewegen im Wasser - Schwimmen	Falls Schwimmen angeboten werden kann: 4. Stilart / Lagenschwimmen Retten Evtl. unter „Übergreifende Unterrichtsvorhaben“ auf Klassenfahrten, an Projekttagen mit besonderen Schwerpunkten		
Bewegen an Geräten - Turnen	Springen und Schwingen, Bewegungen wagen, erleben und gemeinsam gestalten (BWK)  Verantwortung übernehmen, für sich selbst und für andere (MK)  Fertigkeiten nach Schwierigkeitsgrad beurteilen (UK)	40	Etwas wagen und verantworten (C) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B) Kooperieren und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Vorgegebene Übungen, Fertigkeiten mit verschiedenen Handgeräten erlernen, üben, präsentieren (BWK ) u. bewerten (UK)  Bewegungen nach ästhetischen Überlegungen u. akustischen Impulsen selbstständig gestalten (BWK / MK) Bewegungstheater gemeinsam gestalten und erleben (BWK)	20	Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B) Kooperieren und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

## Klasse 7/8

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badmintonturnier (Kl. 7) Volleyballturnier (KL. 8)	Erlernen und vertiefen technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten innerhalb einer grundlegenden Spielidee (BWK) Rückschlagspiele (Badminton, Volleyball) Auf- u. Abbau; Spielregeln; Spielleitung (MK)	40	Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B) Kooperieren, an Wettkämpfen teilnehmen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport	Skifreizeit (Kl. 7) Carven, evtl. Snowboarden, Rodeln, Schlittschuh-Laufen, Schneewanderung) (BWK) Erproben und einschätzen verschiedener Trendsportarten, z. B. Inlineskating, Skateboardfahren	10	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern (A) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)
Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	In Kooperation erarbeitete Möglichkeiten für Zweikampfsituationen entwickeln und in kontrolliertem Miteinander und Gegeneinander anwenden (BWK / MK)	20	Etwas wagen und verantworten (C) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

## Klasse 7/8

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Übergreifende Unterrichtsvorhaben/Projekte	<p>„Bewegen im Wasser – Schwimmen“                      evtl. unter „Übergreifende Unterrichtsvorhaben“ auf Klassenfahrten, an Projekttagen mit besonderen Schwerpunkten</p> <p>„Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport“                      Skifreizeit</p> <p>evtl. Inline-Skating, Schlittschuh-Laufen in der Eislaufhalle, Ski-Laufen im Skiparadies Bottrop</p> <p>„Sport- und Spielefest“ vor den Sommerferien</p> <p>„Badminton-Turnier“ vor den Osterferien</p>		
	Stunden Obligatorik	210	
	Stunden insgesamt in 7 und 8	240	Klasse 7 und 8 je (40 Schulwochen x 3 Wochenstunden Sport = 120 Sportstunden)



## Klasse 9/10

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Bewegen an Geräten - Turnen	<p>Entwickeln und Durchführen einer Kür, einzeln oder in einer Gruppe, an einem Turngerät oder an Gerätekombinationen (BWK / MK) u. Ihre Bewertung ( UK)</p> <p>auch u. B. der Schulung und Verbesserung des Helfens und Sicherns, der Sicherheitsförderung und -erziehung (MK)</p>	20	<p>Etwas wagen und verantworten (C)</p> <p>Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)</p> <p>Kooperieren und sich verständigen (E)</p>
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	<p>Gemeinsames Erarbeiten und Gestalten eines Tanzes, einer Gymnastik, einer Fitness-Gymnastik (BWK)</p> <p>u. a. unter funktionalen Gesichtspunkten, unter Aspekten, wie Synchronität, Bewegungsrhythmus, Bewegungsfluss, Bewegungsgenauigkeit (MK)</p> <p>Planung, Erarbeitung und Präsentation in der Lerngruppe oder Präsentation bei Schulveranstaltungen (BWK / MK / UK)</p>	15	<p>Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)</p> <p>Kooperieren und sich verständigen (E)</p>
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	<p>Spielmethodische Verbesserung technischer Fertigkeiten sowie individual- und gruppentaktischer Fähigkeiten in den erlernten Mannschaftsspielen (BWK)</p> <p>u. b. B. von Miteinander und Gegeneinander und dem Fair-Play-Gedanken (MK)</p> <p>Bewusstmachung der Erscheinungsformen im Spitzensport und in den Medien (UK)</p>	30	<p>Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</p> <p>Kooperieren, an Wettkämpfen teilnehmen und sich verständigen (E)</p>

## Klasse 9/10

Inhaltsbereiche	Unterrichtsvorhaben / Kompetenzbereiche	Std.	Pädagogische Perspektiven
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootsport/ Wintersport	Das Spiel mit dem Gleichgewicht in bekannten und ungewöhnlichen Situationen ausprobieren und schulen, z. B. Pedalo, Inliine Skating, Schlittschuh-Laufen, Ski-Laufen (evtl. auch als Projekte, s. u.) (BWK)	5	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Etwas wagen und verantworten (C)
Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Ortsgebundene Angebote wie z. B. 'Fitkick' / Selbstverteidigung (BWK)		Wahrnehmungsfähigkeit verbessern (A)
Übergreifende Unterrichtsvorhaben/Projekte	„Bewegen im Wasser – Schwimmen“ evtl. unter „Übergreifende Unterrichtsvorhaben“ auf Klassenfahrten, an Projekttagen mit besonderen Schwerpunkten  „Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport“ evtl. Inline-Skating, Schlittschuh-Laufen in der Eislaufhalle, Ski-Laufen in der Skihalle Bottrop  „Sport- und Spielfest“ vor den Sommerferien		
	Stunden Obligatorik	130	
	Stunden insgesamt in 9 und 10	160	Klasse 9 und Klasse 10 je (40 Schulwochen x 2 Wochenstunden Sport = 80 Sportstunden)