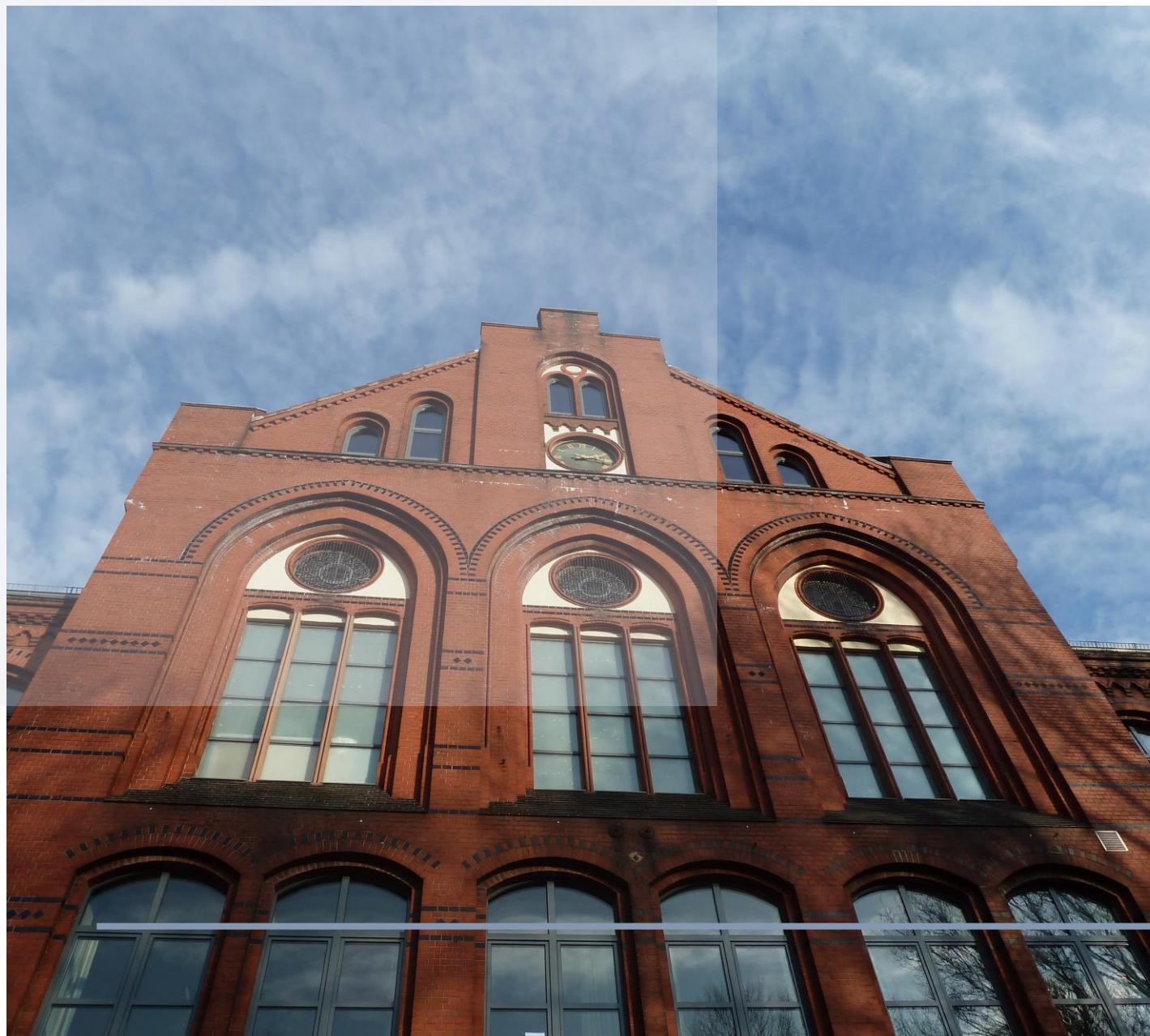


BISMARCKSCHULE ELMSHORN

# SCHULINTERNES

# FACHCURRICULUM

# SPORT



## UNSERE LEITLINIEN

Die Kompetenzorientierung im Fach Sport umschließt die allgemeingültigen Kompetenzbereiche der Selbstkompetenz, Sozialkompetenz und Methodenkompetenz, entwickelt diese jedoch darüber hinaus zu einem Kompetenzbegriff, der auf den Sport zugeschnitten ist und sich in jedem Thema wiederfindet. Dieser kann mit den nachfolgenden Fragen beschrieben werden:

**Kenntnisse:** Was muss ich wissen, um an dieser Sportart erfolgreich teilnehmen zu können?

**Fähig- /Fertigkeiten:** Was muss ich können, um an dieser Sportart erfolgreich teilnehmen zu können?

**Einstellungen:** Mit welcher Grundhaltung muss ich handeln, um an dieser Sportart erfolgreich teilnehmen zu können?

An der Bismarckschule werden Leistungsbewertungen als Dokumentation und Beurteilung der individuellen Lernentwicklung und des erreichten Leistungsstandes verstanden. Diese erfassen alle in den Fachanforderungen ausgewiesenen Kompetenzbereiche (s. oben) und berücksichtigen sowohl die Prozesse als auch die Ergebnisse schulischen Arbeitens und Lernens. Es gelten folgende Anforderungsbereiche:

- Anforderungsbereich I: Reproduktion von Kenntnis und Können
- Anforderungsbereich II: Verständnis und Anwendung
- Anforderungsbereich III: Beurteilen, Werten und Gestalten

Die Leistungsbewertung im Zeugnis ergibt sich aus der Abwägung zwischen fachlichen und pädagogisch erbrachten Leistungen (bzw. Kompetenzen). Der Bereich der Unterrichtsbeiträge (praktische, theoretische und pädagogische) ist dabei stärker zu gewichten als der Bereich der Leistungsnachweise.

## **SPORT IN DER SEKUNDARSTUFE I**

Die Themenbereiche im Fach Sport in der Sekundarstufe I gemäß den geltenden Fachanforderungen sind in folgender Übersicht dargestellt. Ziel des Kompetenzaufbaus im Sportunterricht ist eine übergeordnete sportliche Handlungsfähigkeit.

Themen	Globalkompetenzen
<b>Sich fit halten</b>	Die Schülerinnen und Schuler lösen Bewegungsaufgaben auf der Grundlage ihrer konditionellen und koordinativen Fähigkeiten.
<b>Sportspiele</b>	Die Schülerinnen und Schüler bewältigen und gestalten kleine Ballspiele sowie sportspielübergreifende Spielformen und nehmen erfolgreich an Formen der Zielwurf-, Zielschuss- und Rückschlagspiele teil.
<b>Turnen</b>	Die Schülerinnen und Schüler gestalten und präsentieren allein, mit dem Partner oder in der Gruppe turnerische Bewegungsaufgaben.
<b>Laufen, Springen, Werfen</b>	Die Schülerinnen und Schüler werden gemessen an ihren individuellen Voraussetzungen den leichtathletischen Maßkriterien bestmöglich gerecht.
<b>Schwimmen</b>	Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich sicher im tiefen Wasser.
<b>Bewegungsgestaltung, Tanz</b>	Die Schülerinnen und Schüler gestalten künstlerische Bewegungsaufgaben und präsentieren tänzerische Choreographien.
<b>Raufen, Ringen, Verteidigen</b>	Die Schülerinnen und Schüler kämpfen um etwas und kämpfen sowohl mit- als auch gegeneinander.
<b>Fakultative Themen</b>	Weitere Sportspiele, Wassersport und/ oder Rollen und Gleiten (individuell definierte Kompetenzen nachzulesen in den Fachanforderungen Sport)

Aus diesen Themenbereichen ergibt sich an der Bismarckschule folgende Verteilung für die Sekundarstufe I:

Klassenstufe	Themenbereiche
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmen</li> <li>• Sportspiele: Allgemeine Ballschule zur Vorbereitung auf Tchoukball</li> <li>• Bewegungsgestaltung und Tanz: Ballkorobics</li> <li>• Raufen, Ringen und Verteidigen: Kampfspiele im Dialog</li> <li>• Sich Fit Halten (integrativ)</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufen, Springen, Werfen: Spielleichtathletik</li> <li>• Turnen: Akrobatik</li> <li>• Sportspiele: Zielschussspiele und allgemeine Ballschule mit Fußballbezug</li> <li>• Sich Fit Halten (integrativ)</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspiele: Zielschussspiele zur Vorbereitung auf Floorball</li> <li>• Laufen, Springen, Werfen: Sprungdisziplinen, Sprint, Schlagball</li> <li>• Raufen, Ringen und Verteidigen: Kleine Bodenkämpfe</li> <li>• Sich Fit Halten (Step Aerobic oder Rope Skipping)</li> </ul>
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspiele: Zielschussspiele zur Vorbereitung auf Ultimate Frisbee</li> <li>• Bewegungsgestaltung und Tanz: Tanzrichtungen wie Jumpstyle o. Ä.</li> <li>• Turnen: Parcour/ Turnen an Geräten</li> </ul>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspiele: Zielschussspiele, Erwerb einer sportspezifischen Spielfähigkeit (z.B. Basketball 3x3)</li> <li>• Laufen, Springen, Werfen: Hürdensprint, Speerwurf/Kugel</li> <li>• Bewegungsgestaltung und Tanz: Choreographie mit Handgeräten</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sich Fit Halten</li> <li>• Turnen: Turnen an Geräten</li> <li>• Sportspiele: Rückschlagspiele Badminton oder Tischtennis</li> <li>• Raufen, Ringen und Verteidigen: inszenierte Kämpfe</li> </ul>

An der Bismarckschule werden die durch die Fachanforderungen vorgegebenen Teilbereiche in den einzelnen Jahrgängen abgedeckt. Als fakultative Themenbereiche bietet die Bismarckschule unter Anderem Sportklettern an. Weitere Themenbereiche können je nach Ermessen der unterrichtenden Lehrkraft behandelt werden. Die Kriterien zur Leistungsbewertung finden sich am Ende des Dokuments.

## SICH FIT HALTEN

Klassenstufe	5 / 6	7 / 8	9 / 10
<b>Inhalte</b>	Ausdauernd laufen, Schnelligkeit trainieren, koordinative Grundlagen schulen bzw. erweitern, allgemeine Kräftigung	Grundlagentraining der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten (z. B. Step-Aerobic, Rope Skipping o. Ä. zu Musik)	Funktionales Training von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit (z. B. Zirkeltraining)
<b>Kompetenz- aufbau</b>  Die Schülerinnen und Schüler...	überwinden Erschöpfung und Ermüdung, zeigen Anstrengungsbereitschaft, können die eigenen Leistungsgrenzen zunehmend regulieren	entwickeln ihre konditionellen und koordinativen Fähigkeiten (z.B. mithilfe von Stationsarbeiten)	führen Trainingsformen der Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination zielgerichtet nach Vorgabe aus, kräftigen Muskelgruppen mit dem funktionalen Grundwissen der Anatomie
<b>Mögliche Leistungsüber -prüfungen</b>	schulinterne Fitnesstests	Erstellung einer Fitnesschoreographie	Schulinterner Fitnesstest, bzw. Fitness-Games, Ausarbeitung und Präsentation eines Workouts

## SPORTSPIELE

Klassenstufe	5 / 6	7 / 8	9 / 10
<b>Inhalte</b>	Allgemeine, fähigkeitsorientierte Ballschule (z. B. vorbereitende Wurf- und Fangspiele für ein sportspielübergreifendes Taktikverständnis der großen Sportspiele/Hinführung zum Turnierspiel Tchoukball)	Kleine Spiel- und Übungsformen zur Vorbereitung auf die großen Sportspiele/ Rückschlagspiele (z. B. Floorball, Volleyball, Badminton, Ultimate Frisbee etc.), Hinführung zum Turnierspiel Ultimate Frisbee/Floorball	Altersgerechte Formen der großen Sportspiele zum Erwerb einer sportspielspezifischen Spielfähigkeit am Beispiel Basketball 3x3 (Turnier), fakultative Themen (z. B. Flag Football, o. Ä.)
<b>Kompetenz- aufbau</b>  Die Schülerinnen und Schüler ...	erlernen das situationsorientierte Spielen, entwickeln fähigkeitsorientierte Leistungsfaktoren (z. B. Ballkoordination), erweitern ihre Ballfertigkeiten, orientieren sich grundlegend an dem Fairplay-Gedanken	entwickeln systematisch eine allgemeine Spielfähigkeit zu unterschiedlichen Taktikbausteinen, erweitern ihre koordinative Bewegungssteuerung	erlernen grundlegende Wahrnehmungs- und Antizipationstechniken, können unter verschiedenen Druckbedingungen das Spielgeschehen aktiv mitgestalten, kennen Regeln und übernehmen Schiedsrichtertätigkeiten
<b>Mögliche Leistungsüber- prüfungen</b>	Wandball, Koordinationsparcours mit Bällen, Spielstationen mit Fokus auf „Winkel steuern“, „Kraft steuern“ und „Spielpunkt bestimmen“ (grundl. Technikbausteine),	Spielerfolg in Kleinfeld-Spielformen (z. B. mit Spielbeobachtung beim Ultimate Frisbee: spieltaktischer Fokus)	Spielerfolg in Kleinfeld-Spielformen (z. B. mit Spielbeobachtung beim 3x3: spieltaktischer Fokus)

## TURNEN

Klassenstufe	5 / 6	7 / 8	9 / 10
<b>Inhalte</b>	Akrobatik, Ausführen und Gestalten von turnerischen Grundformen und Bodenturnelementen	Parkour, Sprung (Reutherbrett, Minitrampolin), Barren, Reck, Balken, Ringe und Boden	Gerätturnen: Sprung (Reutherbrett, Minitrampolin), Barren, Reck, Schwebebalken, Ringe und Boden (auch zu Musik)
<b>Kompetenz- aufbau</b> Die Schülerinnen und Schüler ...	präsentieren eine auf Körperspannung und Balance beruhende Bewegungsaufgabe (mit Partner oder in einer Gruppe), wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe sachgerecht an.	präsentieren und verbinden flüssig verschiedene turnerische Bewegungsformen oder erlernte Fertigkeiten an einem Gerät oder im Parkour, wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen selbstständig sachgerecht an.	erkennen und nutzen geeignete Maßnahmen, um die Bewegungsfertigkeiten zu optimieren, beurteilen die Anforderungen und Risiken einer Bewegungssituation zutreffend.
<b>Mögliche Leistungsüber- prüfungen</b>	z. B. Akrobatik-Pyramidenbau in Kleingruppen, Präsentation einzelner Turnelemente am Boden (einzeln oder synchron mit Partner)	z. B. Parkourlaufen, Präsentation einer Turnkür mit mehreren Elementen, Präsentation von turnerischen Elementen (Reck, Barren, Ringe, Reuther-Sprungbrett)	z. B. Präsentation von Turnelementen (isoliert und/ oder verbunden) mit höherem Schwierigkeitsgrad bei gelungener Hilfe- oder Sicherheitsstellung

## LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN

Klassenstufe	5 / 6	7 / 8	9 / 10
<b>Inhalte</b>	Spielleichtathletik, Lauf-ABC, allgemeine Sprung- und Wurfschule	Weit- und Hochsprung, Sprint, Schlagballweitwurf und Kugelstoßen	Vertiefung der bereits erlernten Disziplinen, Hürdensprint, Speerwurf
<b>Kompetenz- aufbau</b> Die Schülerinnen und Schüler ...	können verschiedene Sprünge, Würfe, Stöße und Läufe ausführen, entwickeln ein Zeit- und Tempogefühl, äußern Freude bei Erfolg angemessen und zeigen Gelassenheit bei Misserfolg	kennen die konstitutiven Grundregeln (z. B. einbeiniger Absprung), kennen ihr Sprungbein, werfen oder stoßen ein Wurfgerät aus dem Stand oder mit effektivem Anlauf möglichst weit	erfassen die Bedeutung der Impulsübertragung bei leichtathletischen Disziplinen, können verschiedene leichtathletische Disziplinen wettkampfgerecht ausführen
<b>Mögliche Leistungsüber- prüfungen</b>	Kleine Einzel- und Mannschaftswettbewerbe (z. B. Staffellauf, Klassenweitsprung auf Zeit in Punktezonen, Würfe mit dem „Heuler-Ball“ o. Ä.) oder Bundesjugendspiele	z. B. Hochsprung relativ (Sprunghöhe in Relation zur Körpergröße) oder Stoßdreikampf (Medizinball beidhändig aus dem Stand, aus dem 3-Schritt-Rhythmus, Kugel mit Angleiten)	z. B. Überprüfung der wettkampfgerechten Technikausführung

## SCHWIMMEN

Der Schwimmunterricht erfolgt an der Schule nur im ersten Halbjahr der fünften Klasse und im zweiten Halbjahr im KUS-Unterricht für zu fördernde Schüler\*innen. Ziel ist es, den Schülerinnen und Schülern mindestens zum Jugendschwimmabzeichen Bronze zu verhelfen, um die Teilnahme an Klassenfahrten und an Aktionen im Rahmen des Lernens am anderen Ort zu ermöglichen. Folgende Schwerpunkte werden dabei berücksichtigt:

Kenntnisse	Wasserlage und Technik beschreiben, Baderegeln und Sicherheitsvorschriften kennen
Fähigkeiten	Kälte und Druck des Wassers tolerieren, Auf- und Vortrieb nutzen, den Kopf unter Wasser nehmen, Atmung kontrollieren, sich unter Wasser orientieren
Fertigkeiten	Fortbewegung mit Brust- und/oder Kraulschwimmtechnik Startsprung ausführen, Strecken- und Tieftauchen, Selbst- und Fremdrettung
Einstellungen	Kältereize überwinden, Gefahrensituationen einschätzen, Rücksicht nehmen, sich freudvoll im Wasser bewegen, Bereitschaft zu Hilfsmaßnahmen

Klassenstufe	5 / 6
Inhalte	I. Halbjahr Kl. 5 (ggf. KUS)
Kompetenzaufbau  Die Schülerinnen und Schüler ...	schwimmen eine vorgegebene Strecke so schnell wie möglich, tauchen unter individuell leistungsorientierter Vorgabe eine Strecke, kennen Sicherheitsvorschriften und Baderegeln
Mögliche Leistungs-überprüfungen	Erwerb der Schwimmabzeichen Bronze, Silber und/ oder Gold

## BEWEGUNGSGESTALTUNG UND TANZ

Klassenstufe	5 / 6	7 / 8	9 / 10
<b>Inhalte</b>	Erwerb grundlegender künstlerischer Bewegungsformen auch zu Musik (z.B. Ballkorobics)	Erarbeitung eines Themas mit vorgegebenen gymnastischen oder tänzerischen Mitteln (z. B. Bewegungsabläufe in einer Tanzrichtung, wie Jumpstyle o.Ä.)	Gestaltung von Elementen der Gymnastik (mit einem Handgerät), selbstständige Erarbeitung von Choreographien
<b>Kompetenz- aufbau</b> Die Schülerinnen und Schüler ...	erkennen vorgegebene Rhythmen und können diese (unter Vorgabe) in Grundformen von Bewegung und Grundelementen von Gymnastik umsetzen	berücksichtigen Gestaltungskriterien wie z. B. Raum, Zeit, Dynamik oder Form und ziehen diese zur Bewertung heran, verwenden musikalische Fachbegriffe richtig	gestalten und präsentieren unter der Verwendung gymnastischer Grundformen eine selbstständig entwickelte Übungsfolge (mit Handgerät), führen Bewegungen technisch richtig aus
<b>mögliche Leistungsüber- prüfungen</b>	z. B. Präsentation von einfachen Gruppen-choreographien (nach individuellen Ausführungskriterien)	z. B. Gruppenpräsentation (nach individuellen Gestaltungskriterien eine Choreographie erarbeiten und präsentieren)	z. B. Bewegungen zur Musik einzeln oder mit mindestens einem Partner

## RAUFEN, RINGEN, VERTEIDIGEN

Klassenstufe	5 / 6	7 / 8	9 / 10
<b>Inhalte</b>	Kampfspiele „im Dialog“ (z. B. um Gleichgewicht)	Kleine Bodenkämpfe (z. B. um Raum, Gegenstände oder Körperpositionen)	Inszenierte Kämpfe in Anlehnung an Ringen oder Judo
<b>Kompetenz- aufbau</b> Die Schülerinnen und Schüler ...	wenden Regeln und Rituale an, halten Gleichgewicht und Körperspannung im Kampf, können Emotionen in Kampfsituationen wahrnehmen und kontrollieren	nutzen Kontaktpunkte im Kampf, können einfache Bodenkämpfe mit- und gegeneinander durchführen	nutzen Grundprinzipien und Techniken im Kampf, schätzen die Voraussetzungen des Gegners ein und nutzen diese
<b>Mögliche Leistungsüber- prüfungen</b>	z. B. kleine Mannschaftskämpfe	z. B. kleine Paarkämpfe	z. B. Turnier-Wettkampf

## SPORT DER SEKUNDARSTUFE II

Das schulinterne Fachcurriculum in der Sekundarstufe II schließt an das der Sek. I an. Schülerinnen und Schüler an der Bismarcksschule nehmen i. d. R. am Sportunterricht auf grundlegendem Niveau teil. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit zur Wahl des Sportprofils. Theorie- und Praxisunterricht im Sportprofil erfolgen gemäß den geltenden Fachanforderungen. Im Sportunterricht auf grundlegendem Niveau sind Grundlagen der lerntheoretischen Themenbereiche 1 und 2 (vgl. Fachanforderungen Sport) an exemplarischen Inhalten zu behandeln. Folgende Themenbereiche werden im Sportunterricht (nicht Profilfach) behandelt:

E-Jahrgang	Fitness Volleyball Ultimate Frisbee oder Flag Football oder Floorball
Q1-Jahrgang	Fußball Leichtathletik (Sprint sowie Kugel oder Speer) Badminton oder Tischtennis
Q2-Jahrgang	Handball oder Basketball Leichtathletik (Ausbaulauf sowie Hochsprung oder Weitsprung),

Einführungsphase	
Themenbereich 1: sportliches Training und seine biologischen Grundlagen	
Themen	verbindliche Inhalte
Einführung in die Trainingslehre	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grundbegriffe des Trainings</li> <li>Trainingsprinzipien</li> <li>Belastungsnormative</li> <li>Grundlagen sportlicher Leistungsfähigkeit, Übersicht konditioneller Fähigkeiten</li> <li>Aufgaben und Ziele eines systematischen Trainings</li> <li><b>Konditionelle Fähigkeit: Ausdauer</b></li> </ul>
Auswirkungen von Training auf den menschlichen Organismus	<ul style="list-style-type: none"> <li>Einflüsse auf das Herz-Kreislaufsystem</li> </ul>
Einführung in die Sportbiologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aufbau, Funktion und Veränderung der bei körperlicher Leistung aktivierten Organsysteme</li> <li>Grundlagen der Energiebereitstellung /-gewinnung</li> </ul>

<b>Themenbereich 2: Bewegungsanalyse, lernpsychologische Konzepte des motorischen Lernens</b>											
<b>Themen</b>	<b>verbindliche Inhalte</b>										
Methoden und Verfahrensweisen zur Beobachtung, Beschreibung und Analyse von Bewegungsabläufen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zyklische und azyklische Bewegungen</li> <li>• Bewegungsphasen, Phasenbilder</li> <li>• Beobachtungskriterien</li> <li>• Phasenanalyse nach Meinel/Schnabel</li> </ul>										
Bewegungsgestaltung, Bewegungssteuerung, Bewegungsoptimierung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> </ul>										
<b>Themenbereich 3: individuell-psychologische und soziale Aspekte des Sports: sportliches Spielen und sportliches Handeln im sozialen Umfeld</b>											
Jeweils ein Thema aus den Themenbereichen 3 und 4 muss im E-Jahrgang behandelt und dieses in der Qualifikationsphase vertieft werden.											
<b>Themen</b>	<b>verbindliche Inhalte</b>										
<b>Themenbereich 3:</b> <b>Individuell-psychologische und soziale Aspekte des Sports: Spielen und sportliches Handeln im sozialen Umfeld</b> <table border="1"> <thead> <tr> <th><b>Themen</b></th><th><b>Inhalte</b></th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td><b>Erscheinungsformen, Motive und Zielsetzungen von Sport und Spiel</b></td><td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definitionen, Kennzeichen, Klassifikation</li> <li>• volitive Handlungsstrategien (Wetteifer und Leistungsgedanke)</li> <li>• Zweckfreiheit von Sport und Spiel</li> <li>• Inklusion</li> <li>• Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit</li> </ul> </td></tr> <tr> <td><b>Fairness und Aggression</b></td><td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenhang von Werten, Normen und Regeln</li> <li>• Fair-Play</li> <li>• Doping</li> <li>• Rivalität, Gruppenkonflikte, Konfliktlösung</li> <li>• Gewalt im Sport</li> </ul> </td></tr> <tr> <td><b>Gruppendynamische Aspekte und Rollenverhalten im Sport und beim Spielen</b></td><td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikation und Interaktion in der Gruppe</li> <li>• Gruppenhierarchie, Rollen und Teamfähigkeit</li> <li>• Umgang der Geschlechter miteinander</li> </ul> </td></tr> <tr> <td><b>Spiel und Sport in freien und gebundenen Strukturen</b></td><td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• informelle und organisierte Gruppen</li> <li>• Sport-, Spiel-, Lauftreffs, „Sportszene“</li> <li>• Verbands- und Vereinsangebote</li> <li>• kommerzielle Anbieter</li> </ul> </td></tr> </tbody> </table>		<b>Themen</b>	<b>Inhalte</b>	<b>Erscheinungsformen, Motive und Zielsetzungen von Sport und Spiel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definitionen, Kennzeichen, Klassifikation</li> <li>• volitive Handlungsstrategien (Wetteifer und Leistungsgedanke)</li> <li>• Zweckfreiheit von Sport und Spiel</li> <li>• Inklusion</li> <li>• Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit</li> </ul>	<b>Fairness und Aggression</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenhang von Werten, Normen und Regeln</li> <li>• Fair-Play</li> <li>• Doping</li> <li>• Rivalität, Gruppenkonflikte, Konfliktlösung</li> <li>• Gewalt im Sport</li> </ul>	<b>Gruppendynamische Aspekte und Rollenverhalten im Sport und beim Spielen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikation und Interaktion in der Gruppe</li> <li>• Gruppenhierarchie, Rollen und Teamfähigkeit</li> <li>• Umgang der Geschlechter miteinander</li> </ul>	<b>Spiel und Sport in freien und gebundenen Strukturen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• informelle und organisierte Gruppen</li> <li>• Sport-, Spiel-, Lauftreffs, „Sportszene“</li> <li>• Verbands- und Vereinsangebote</li> <li>• kommerzielle Anbieter</li> </ul>
<b>Themen</b>	<b>Inhalte</b>										
<b>Erscheinungsformen, Motive und Zielsetzungen von Sport und Spiel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definitionen, Kennzeichen, Klassifikation</li> <li>• volitive Handlungsstrategien (Wetteifer und Leistungsgedanke)</li> <li>• Zweckfreiheit von Sport und Spiel</li> <li>• Inklusion</li> <li>• Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit</li> </ul>										
<b>Fairness und Aggression</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenhang von Werten, Normen und Regeln</li> <li>• Fair-Play</li> <li>• Doping</li> <li>• Rivalität, Gruppenkonflikte, Konfliktlösung</li> <li>• Gewalt im Sport</li> </ul>										
<b>Gruppendynamische Aspekte und Rollenverhalten im Sport und beim Spielen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikation und Interaktion in der Gruppe</li> <li>• Gruppenhierarchie, Rollen und Teamfähigkeit</li> <li>• Umgang der Geschlechter miteinander</li> </ul>										
<b>Spiel und Sport in freien und gebundenen Strukturen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• informelle und organisierte Gruppen</li> <li>• Sport-, Spiel-, Lauftreffs, „Sportszene“</li> <li>• Verbands- und Vereinsangebote</li> <li>• kommerzielle Anbieter</li> </ul>										

<b>Themenbereich 4: Die Rolle des Sports in der Gesellschaft</b>	
Jeweils ein Thema aus den Themenbereichen 3 und 4 muss im E-Jahrgang behandelt und dieses in der Qualifikationsphase vertieft werden.	
<b>Themen</b>	<b>Verbindliche Inhalte</b>
<b>Themenbereich 4: Die Rolle des Sports in der Gesellschaft</b>	
Themen	Inhalte
<b>Sport und Geschichte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>historische Entwicklung des Sports und der Sportarten</li> <li>Olympische Idee und Olympische Spiele</li> <li>Persönlichkeiten des Sports</li> </ul>
<b>Sport, Politik und Wirtschaft</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Organisationsstruktur des Sports</li> <li>Darstellung des Sports in den Medien</li> <li>Kommerzialisierung des Sports</li> <li>Sport in fremden Kulturräumen, Völkerverständigung</li> <li>Pervertierungstendenzen (zum Beispiel Doping)</li> </ul>
<b>Sport und Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gesundheit und gesundheitliche Risiken unserer Zeit</li> <li>Gesundheitsbewusstsein und Lebensgewohnheiten</li> <li>Gesundheitsförderung, Prävention und Rehabilitation.</li> </ul>
<b>Sport und Umwelt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sportausübung in der Natur</li> <li>Beeinträchtigung der Umwelt durch Sportanlagen</li> <li>Ausgleich von Interessenkonflikten</li> </ul>

<b>Qualifikationsphase I</b>	
<b>Themenbereich I: sportliches Training und seine biologischen Grundlagen</b>	
Themen	verbindliche Inhalte
<b>Einführung in die Trainingslehre</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trainingsformen und- methoden</li> </ul>
<b>Auswirkungen von Training auf den menschlichen Organismus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Einflüsse auf den Stütz- und Bewegungsapparat</li> <li>Sportverletzungen Sportschäden, Übertraining</li> <li>Konditionelle Fähigkeit Schnelligkeit</li> <li>Konditionelle Fähigkeit Kraft</li> </ul>
<b>Einführung in die Sportbiologie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aufbau, Funktion und Veränderungen des Stütz- und Bewegungsapparates</li> </ul>
<b>Doping (Das Thema Doping muss in E oder Q2 in Themenbereich 3 oder 4 zusätzlich behandelt werden)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Substanzen und Methoden</li> <li>Wirkungen</li> </ul>

<b>Themenbereich 2: Bewegungsanalyse, lernpsychologische Konzepte des motorischen Lernens</b>	
<b>Themen</b>	<b>verbindliche Inhalte</b>
Methoden und Verfahrensweisen zur Beobachtung, Beschreibung und Analyse von Bewegungsabläufen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vollständige Bewegungsanalyse (Meinel und Göhner)</li> </ul>
Grundlagen der Biomechanik	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kinematik</li> <li>• Dynamik</li> <li>• Biomechanische Prinzipien</li> <li>• Gleichgewicht, Körperschwerpunkt, Stabilität</li> </ul>
Motorisches Lernen - Modelle zur Informationsverarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lerntheorien</li> <li>• Instruktion und Feedback</li> </ul>
Bewegungsgestaltung, -steuerung, -optimierung	
<b>Themenbereich 3: individuell-psychologische und soziale Aspekte des Sports: sportliches Spielen und sportliches Handeln im sozialen Umfeld</b>	
<b>Themen</b>	<b>verbindliche Inhalte</b>
	s. Einführungsphase
<b>Themenbereich 4: Die Rolle des Sports in der Gesellschaft</b>	
<b>Themen</b>	<b>verbindliche Inhalte</b>
	s. Einführungsphase

Qualifikationsphase 2	
<b>Themenbereich 1: sportliches Training und seine biologischen Grundlagen</b>	
Themen	verbindliche Inhalte
Einführung in die Trainingslehre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinationstraining</li> <li>• Konditionelle Fähigkeit: Beweglichkeit</li> </ul>
Auswirkungen von Training auf den menschlichen Organismus	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beweglichkeit, Haltung, Figur und Rückenschule</li> </ul>
Einführung in die Sportbiologie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ernährung, Gesundheit, Wohlbefinden</li> </ul>
<b>Themenbereich 2: Bewegungsanalyse, lernpsychologische Konzepte des motorischen Lernens</b>	
Themen	verbindliche Inhalte
Motorisches Lernen - Modelle zur Informationsverarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kybernetisches Modell, handlungstheoretisches Modell</li> </ul>
Bewegungsgestaltung, Bewegungssteuerung, Bewegungsoptimierung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modelle der Bewegungskontrolle</li> </ul>
<b>Themenbereich 3: individuell-psychologische und soziale Aspekte des Sports: sportliches Spielen und sportliches Handeln im sozialen Umfeld/</b>	
Themen	verbindliche Inhalte
s. Einführungsphase	
<b>Themenbereich 4: Die Rolle des Sports in der Gesellschaft</b>	
Themen	verbindliche Inhalte
s. Einführungsphase	

## SPORTPRAKTISCHER LERNBEREICH

Einführungsphase	Qualifikationsphase
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sportspiele: FB, HB, VB, BB, BM</li> <li>- Leichtathletik</li> <li>- Fitness</li> <li>- Fachtage Schwimmen</li> <li>- Turnen</li> <li>- Rollen und Gleiten</li> <li>- Ausbildungsfahrt Schneesport mit abschließender Prüfung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Lehrkraft kann eine Sportart festlegen</li> <li>- mindestens zwei Individual sportarten (eine Individual sportart muss Gerätturnen, Fitness, Schwimmen, Leichtathletik oder Gymnastik/ Tanz sein)</li> <li>- mindestens zwei Spielsportarten</li> <li>- fünf Sportarten insgesamt</li> <li>- Profilfahrt in Q2 mit Schwerpunkt Natursport (z.B. Segeln, Surfen, Mountainbiking, Kanu)</li> </ul>

## AUSBILDUNGSFAHRTEN IM PROFILFACH

Hinsichtlich des Praxisangebots im Sportprofil soll eine breite Basis aus unterschiedlichen Bewegungsbereichen angeboten und geschult werden, um unsere Schüler nachhaltig und umfassend für ein Leben in Bewegung zu begeistern. Aus diesem Grund steht nicht nur die spezielle Vorbereitung auf die Prüfungssportarten in den „klassischen Sportarten“ im Vordergrund.

Besonders wichtig ist es, die Schüler auch in ihnen bisher weitgehend unbekannten Bereichen zu fördern und zu fordern. Aufgrund der örtlichen Gegebenheiten können diese Lerninhalte nur außerhalb des eigentlich Lernorts Schule über Fahrten vermittelt werden. Diese Fahrten sind sportbezogen und entsprechend an die Inhalte des Profilunterrichts angelehnt. Im Rahmen der Fahrten wird neben naheliegenden Themen (wie Vermittlungskonzepte, physiologische Anpassungen in der Höhe etc.) gleichzeitig das Thema Sport und Umwelt behandelt.

## REGELUNGEN IM SPORTUNTERRICHT

Der Sportunterricht an unserer Schule spielt eine zentrale Rolle für die nachhaltige Gesundheitsförderung und die Entwicklung sozialer Kompetenzen unserer Schülerinnen und Schüler. Damit geht die Verantwortung einher, die körperliche Unversehrtheit jedes Einzelnen zu schützen und Risiken im Schulsport zu minimieren. Unsere Sportlehrkräfte achten daher nicht nur auf die sportliche Entwicklung, sondern auch stets auf die Gesundheit aller Teilnehmenden. Um diese sicherzustellen, werden zu Beginn jedes Schuljahres verbindliche Hinweise im Rahmen des Sportunterrichts gegeben:

- Es müssen funktionale Sportkleidung sowie geeignete Sportschuhe getragen werden.
- Die Kleidung muss zweckmäßig und passend zur jeweiligen Sportart, zum Unterrichtsort (Halle oder Außenbereich) und zu den Wetterbedingungen gewählt werden – dies gilt insbesondere für Sportschuhe.
- Beim Schwimmunterricht ist entsprechende Schwimmbekleidung (keine weiten Badeshorts oder Bikinis) zu tragen.
- Schmuck muss abgelegt oder, falls nötig, abgeklebt werden.
- Uhren müssen abgenommen werden.
- Brillen sind so zu sichern, dass sie fest sitzen.
- Für bestimmte Sportarten ist eine Schutzausrüstung verpflichtend.
- Lange Haare sollten zu einem Zopf gebunden oder unter einer Badekappe getragen werden.
- das Tragen von langen Natur- oder Gel-Fingernägeln ist nicht gestattet

Trotz dieser Vorgabe kommt es gelegentlich zu Diskussionen, da lange Fingernägel im Sportunterricht ein häufiges Problem darstellen. Zu lange oder spitz geformte Nägel gefährden die Person selbst und alle Mitwirkenden. Deshalb gilt die Vorgabe, im Sportunterricht nur kurze, nicht überstehende Fingernägel zu tragen. Diese Regelung folgt außerdem den Sicherheitsvorschriften der Unfallkasse Nord sowie den Fachanforderungen Sport des Landes Schleswig-Holstein.

Falls Schülerinnen oder Schüler aus religiösen Gründen ein Kopftuch tragen, ist individuell und abhängig von den jeweiligen Bewegungsaufgaben zu prüfen, ob das Kopftuch aus Sicherheitsgründen abgelegt werden muss oder ob die Teilnahme am Unterricht andernfalls nicht möglich ist. Die Schule empfiehlt das Tragen von speziellen Sportkopftüchern.

Bei Krankheit, Nichtteilnahme am Sportunterricht oder einer eventuellen Befreiung ist das gängige Entschuldigungsverfahren an der Bismarcksschule zu berücksichtigen. Dieses wird zu Beginn jeden Schuljahres gemeinsam mit den Fachlehrkräften besprochen, individuelle Vorgehensweisen werden ausschließlich in verbindlichen Absprachen mit den Lehrkräften formuliert.

## Kriterien zur Beurteilung der Unterrichtsbeiträge der Bismarckschule im Fach Sport (Sek II)

Note / Punkte*	Bewegungs-, Spiel- und Sportleistungen	Fachwissen/ Sporttheorie	Lernbereitschaft/Individueller Fortschritt	Gruppen- / Teamleistungen	Unterrichtsbeiträge
Note: I Punkte: 13-15	Bewegungsformen werden in ihrer geforderten Vollständigkeit umgesetzt und können mit anderen Bewegungen gekoppelt werden. Es liegt eine sehr gute körperliche Fitness vor. Taktisches Verhalten wird variabel eingesetzt und gelingt nahezu vollkommen.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind im besonderen Maße vorhanden.	Die eigene Leistungsfähigkeit wird sehr gut eingeschätzt und neue Herausforderungen werden verantwortungsvoll gesucht. Herangehen an die eigenen Leistungsgrenzen	Durch das eigene Verhalten werden die Leistungen der Teammitglieder verbessert.	Der Unterricht wird durch eigene Beiträge in besonderem Maße vorangebracht.
Note: 2 Punkte: 10-12	Die Bewegungsformen sind in der Grob- bzw. Feinform vorhanden. Es ist eine gute allgemeine Fitness vorhanden. Taktisches Verhalten wird häufig variabel eingesetzt und gelingt nahezu vollkommen.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind durchweg vorhanden.	Eigeninitiative zur Leistungssteigerung wird gezeigt.	Gruppenarbeiten werden durch Mitarbeit vorangetrieben.	Der Unterricht wird durch eigene Beiträge bereichert.
Note: 3 Punkte: 7 - 9	Die Bewegungsformen sind in Grobform erkennbar. Eine körperliche Fitness ist in den meisten Bereichen vorhanden. Taktisches Verhalten wurde im Spiel gezeigt und gelingt überwiegend.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind vorhanden.	Individuelle Leistungssteigerungen sind in Teilbereichen erkennbar.	Einbringen in Gruppenaufgaben und Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team.	Regelmäßiges Vorhandensein sportgerechter Bekleidung. Stets pünktliches Erscheinen. Regelmäßige Beteiligung an Auf- und Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sicher werden geleistet.
Note: 4 Punkte: 4 - 6	Bewegungsformen sind in ihren Grundformen erkennbar. Eine körperliche Fitness ist in Teilbereichen erkennbar. Taktisches Verhalten ist wenig vorhanden.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind in Teilbereichen vorhanden.	Das Interesse die persönlichen Leistungen zu verbessern ist vorhanden.	Nur unregelmäßiges Einbringen in Gruppenarbeiten. Wenig Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Das Verhalten ist fair.	Die Bekleidung ist teilweise nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Selten unpünktlich. Wenig Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.
Note: 5 Punkte: 1 - 3	Bewegungsformen sind in ihren Grundformen kaum erkennbar. Die körperliche Fitness weist Mängel auf. Eine körperliche und räumliche Wahrnehmung ist kaum vorhanden.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind kaum vorhanden.	Wenig Interesse an der Verbesserung der persönlichen Leistungen.	Kaum Einbringen in Gruppenarbeiten. Kaum Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Häufig unfaires Verhalten.	Die Bekleidung ist häufig nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Häufig unpünktlich. Kaum Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.
Note: 6 Punkte: 0	Vorgegebene Bewegungsformen können auch im Ansatz nicht umgesetzt werden. Leistungs-verweigerung Die körperliche Fitness ist ungenügend. Die körperliche und räumliche Wahrnehmung ist ungenügend.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind nicht vorhanden.	Es liegt kein Interesse an der Verbesserung der persönlichen Leistung vor.	Kein Einbringen in Gruppenarbeiten. Keine Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Unfaires Verhalten.	Die Bekleidung ist nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Selten pünktlich. Keine Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.

\* Die positiven Aspekte der unteren Leistungsbereiche gelten automatisch auch für die besseren Leistungen.

Kriterien zur Beurteilung der Unterrichtsbeiträge der Bismarckschule im Fach Sport (Sek I)					
Note / Punkte*	Bewegungs-, Spiel- und Sportleistungen	Fachwissen/ Sporttheorie	Lernbereitschaft/Individueller Fortschritt	Gruppen- / Teamleistungen	Unterrichtsbeiträge
Note: 1	Die Bewegungsformen sind in der Grob- bzw. Feinform vorhanden. Es ist eine gute allgemeine Fitness vorhanden. Taktisches Verhalten wird häufig variabel eingesetzt und gelingt nahezu vollkommen.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind durchweg vorhanden.	Eigeninitiative zur Leistungssteigerung wird gezeigt.	Gruppenarbeiten werden durch Mitarbeit vorangetrieben.	Der Unterricht wird durch eigene Beiträge bereichert.
Note: 2	Die Bewegungsformen sind in Grobform erkennbar. Eine körperliche Fitness ist in den meisten Bereichen vorhanden. Taktisches Verhalten wurde im Spiel gezeigt und gelingt überwiegend.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind vorhanden.	Individuelle Leistungssteigerungen sind in Teilbereichen erkennbar.	Einbringen in Gruppenaufgaben und Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team.	Regelmäßiges Vorhandensein sportgerechter Bekleidung. Stets pünktliches Erscheinen. Regelmäßige Beteiligung an Auf- und Abbaute sowie Helfen und Sicher werden geleistet.
Note: 3	Bewegungsformen sind in ihren Grundformen erkennbar. Eine körperliche Fitness ist in Teilbereichen erkennbar. Taktisches Verhalten ist wenig vorhanden.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind in Teilbereichen vorhanden.	Das Interesse die persönlichen Leistungen zu verbessern ist vorhanden.	Nur unregelmäßiges Einbringen in Gruppenarbeiten. Wenig Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Das Verhalten ist fair.	Die Bekleidung ist teilweise nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Selten unpünktlich. Wenig Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.
Note: 4	Gekonnte und nichtgekonnte Bewegungsformen sind in ihren Grundformen gleichermaßen erkennbar. Die körperliche Fitness weist Mängel auf. Eine körperliche und räumliche Wahrnehmung ist kaum vorhanden.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind kaum vorhanden.	Wenig Interesse an der Verbesserung der persönlichen Leistungen.	Kaum Einbringen in Gruppenarbeiten. Kaum Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Häufig unfaires Verhalten.	Die Bekleidung ist häufig nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Häufig unpünktlich. Kaum Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.
Note: 5	Vorgegebene Bewegungsformen können auch im Ansatz nicht umgesetzt werden. Leistungs-verweigerung Die körperliche Fitness ist ungenügend. Die körperliche und räumliche Wahrnehmung ist ungenügend.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind kaum vorhanden.	Es liegt kaum Interesse an der Verbesserung der persönlichen Leistung vor.	Kaum Einbringen in Gruppenarbeiten. Kaum Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Unfaires Verhalten.	Die Bekleidung ist nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Selten pünktlich. Kaum Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.
Note: 6	Leistungs-verweigerung Die körperliche Fitness ist ungenügend. Die körperliche und räumliche Wahrnehmung ist ungenügend.	Theoretisches Wissen über Sport- oder Spielarten und ein technisch-taktisches Verständnis sind nicht vorhanden.	Es liegt kein Interesse an der Verbesserung der persönlichen Leistung vor.	Kein Einbringen in Gruppenarbeiten. Keine Beteiligung an Sportspielen oder Aufgaben im Team. Unfaires Verhalten.	Die Bekleidung ist nicht sportgerecht <sup>2</sup> . Selten pünktlich. Keine Beteiligung an Auf- oder Abbaumaßnahmen sowie Helfen und Sichern.