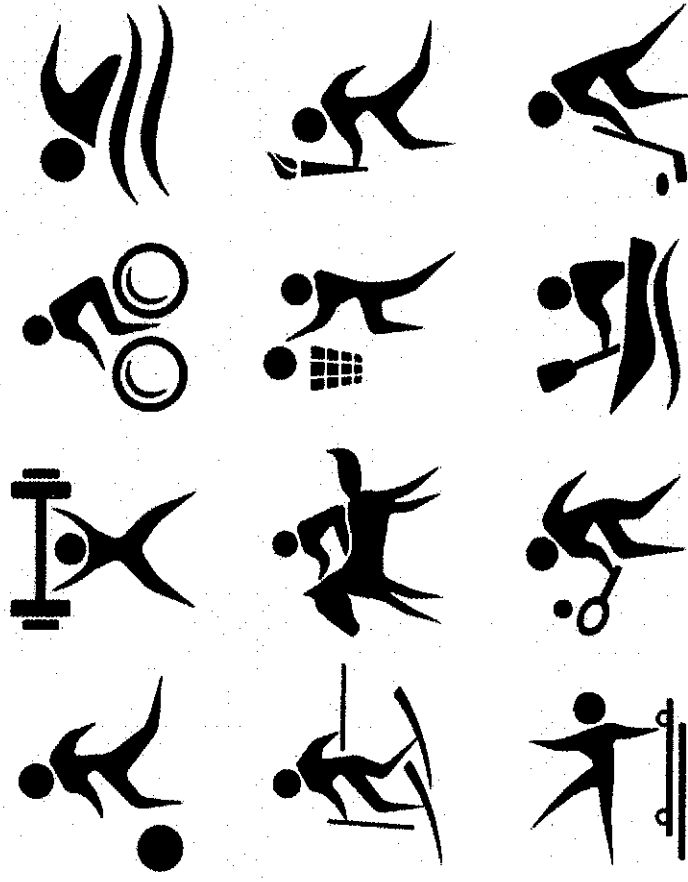




Deutsche
Internationale
Schule Zagreb

Schulcurriculum



Sport
Qualifikationsphase des Gymnasiums (Klasse 10)
Oberstufe (11. und 12. Klasse)

DISZ

Schulcurriculum

Sport

Oberstufe

Schulcurriculum Oberstufe**Leitgedanken zum Kompetenzerwerb**

Zentrale Aufgaben des Faches Sport an Deutschen Schulen im Ausland

Der Schulinterne Lehrplan Chemie der DISZ richtet sich vollständig nach dem Kerncurriculum für die gymnasiale Oberstufe der Deutschen Schulen im Ausland und ergänzt dieses.

Einführung:

Ziel des Faches Sport in der Qualifikationsphase ist die *motorisch-sportliche Allgemeinbildung*, die sich in einer *komplexen Handlungskompetenz* im und durch Sport auszeichnet. Dabei geht es schwerpunktmäßig um die Befähigung und Motivation zur:

- Steigerung, Erhaltung und Einschätzung der motorisch-sportlichen Leistungsfähigkeit zur Gesundheitsvorsorge und persönlichen Bestätigung,
- dauerhaften Integration von individuellen und gemeinschaftlichen Bewegungsformen in den Alltag,
- Erhaltung bzw. Wiederherstellung der Gesundheit und des Wohlbefindens durch die Fähigkeit zum selbstständigen, zielgerichteten Üben und Trainieren allein und in/von Gruppen,
- Auseinandersetzung mit theoretischen (fachspezifischen und übergreifenden) Grundlagen, Wirkungsweisen und Erscheinungen des Sports.

Da nicht alle Felder des Kulturgutes Sport im Unterricht gleichermaßen abzubilden sind, muss die Inhaltsauswahl gemäß der Zielstellung des Faches unter pädagogischen Gesichtspunkten und der Berücksichtigung schulischer und regionaler Gegebenheiten (z. B. Traditionen, personelle und materielle Bedingungen) aufbauend auf den Vorleistungen der Sekundarstufe I erfolgen. Unabdingbar sind:

- die Vervollkommnung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten inklusive der Beweglichkeit,
- der Erwerb der Handlungsfähigkeit (sportartspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse) in mehreren Sportarten, darunter mindestens einer Individual- und einer Sportspielart,
- die Befähigung und Bereitschaft zur lebenslangen Teilhabe an und Gestaltung von freizeitrelevanten sportiven Betätigungen einschließlich gesundheitsfördernder Bewegungsformen.

Fach Sport mit grundlegendem Anforderungsniveau

Für die Realisierung der Zielstellung stehen im Fach Sport mit *grundlegendem Anforderungsniveau* weiterhin zwei Wochenstunden zur Verfügung. Die praxisbegleitende Kenntnisvermittlung ist an motorisch-sportliche Lerninhalte gebunden und immanenter Bestandteil eines mehrdimensionalen

Sportunterrichts.

Gemäß der schulischen Schwerpunktsetzungen sind die für die Qualifikationsphase ausgewiesenen Beschreibungen von Anforderungsniveaus in den jeweiligen Lernbereichen zu präzisieren und entsprechende Abstimmungen innerhalb der Fachkonferenz vorzunehmen.

Für die Arbeit der Fachkonferenzen sind die nachfolgenden Zielformulierungen für die aufgeführten Lernbereiche als grundlegende Orientierungen zu verstehen.

Leistungseinschätzung

Bis zur Veröffentlichung einer fachlichen Empfehlung des Thüringer Ministeriums für Bildung, Wissenschaft und Kultur gelten folgende Ausführungen.

Die Leistungseinschätzung der Kompetenzentwicklung ist im Fach Sport primär an Bewegungen gebunden. Sie gilt als Bestandteil eines andauernden und befördernden Lernprozesses. Dem Prinzip der Ganzheitlichkeit folgend bezieht sich die Leistungseinschätzung auf alle Kompetenzbereiche, d. h. fachspezifische Kompetenzen und Lernkompetenzen. Im Rahmen eines pädagogischen Leistungsverständnisses sind hierbei die sachliche und individuelle Bezugsnorm zu berücksichtigen. Die Leistungseinschätzung des Schülers erfolgt mit Hilfe geeigneter Instrumente der Beobachtung, einer objektiven Ermittlung, verbalen Einschätzung bzw. Benotung. Die Sportnote setzt sich aus den Leistungsbewertungen der einzelnen Lernbereiche zusammen, wobei Gewichtungen möglichst sind (z. B. durch Umfang und Anforderung). Eine Lernbereichsnote wird in den verbindlichen Lernbereiche sowie den angewählten alternativen verbindlichen Lernbereichen ermittelt. Die sachliche Bezugsnorm stellt dabei die Grundlage der Leistungsbewertung von standardisierten Zielen dar. Ergänzend sind Leistungseinschätzungen mit Hilfe anderer Bezugsnormen zu nutzen. Im Lernbereich Weitere Sport- und Bewegungsformen kann benotet werden, wenn eine systematische Kompetenzentwicklung angestrebt wird. Die Erarbeitung von Empfehlungen zur Koordination der fachlichen Anforderungen und Kriterien der Leistungsbeurteilung obliegt der Fachkonferenz. Eine besondere Form der individuellen Förderung im Fach Sport stellt die Teilnahme am Sportförderunterricht dar, in dem die Leistungen des Schülers nicht benotet werden.

Grundsätze

Die Leistungseinschätzung im Fach Sport erfolgt auf Grundlage der in den einzelnen Kompetenzbereichen formulierten Ziele. Sie basiert auf transparenten und für den Schüler bekannten sowie nachvollziehbaren Kriterien. Diese werden durch die Fachkonferenz klassenstufenspezifisch aus der Zielbeschreibung für die Bereiche Sach-, Methoden-, Selbst- sowie Sozialkompetenz hergeleitet und für die Lernbereiche konkretisiert. Sie beziehen sich auf die Qualität des Lernprozesses, des zu erwartenden Produkts sowie der Präsentation des Arbeitsergebnisses. Die Leistungseinschätzung berücksichtigt in einem angemessenen Verhältnis die drei Anforderungsbereiche Reproduktion, analoge Rekonstruktion und Konstruktion. Dem Lehrplan Sport liegt ein erweitertes Sportverständnis zugrunde. Dies impliziert ein pädagogisches Leistungsverständnis im Sportunterricht, das neben dem Erwerb fachspezifischer Kompetenzen (Sachkompetenz) auf die Entwicklung von Lernkompetenzen der Schüler fokussiert ist. Deshalb gilt es bei der Leistungseinschätzung folgende Grundsätze zu berücksichtigen.

Die Leistungseinschätzung

– ist produkt- und prozessbezogen,

- orientiert sich an gesellschaftlichen Normen sportlichen Könnens sowie dem Wissen in den Lernbereichen,
- erfolgt unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen des Schülers und seines Lernfortschritts,
- fördert die individuelle Eigenverantwortung für Mitgestaltung und Kooperation, das sportgerechte und soziale Handeln,
- fordert die Leistungsbereitschaft und Leistungsmotivation,
- entwickelt den Umgang mit Selbst- und Fremdkritik,
- trägt dazu bei, dass der Schüler lernt, den eigenen Lernprozess und die eigene Leistung so wie die der Lerngruppe zu reflektieren und einzuschätzen.

Jeder Sportlehrer berät und bewertet aus fachlicher und pädagogischer Sicht sowie dem Wissen um die individuellen Stärken und Schwächen des Schülers. Zugleich ist es seine Aufgabe, Unterrichtsprozesse so zu initiieren, zu beobachten und zu lenken, dass jedem Schüler ein individueller Lernerfolg ermöglicht wird. Dies impliziert die Bewertung des individuellen Lernfortschritts (individuelle Bezugsnorm).

Kriterien

In allen Lernbereichen kann die Leistungsbewertung von fachspezifischen Kompetenzen des Schülers nach folgenden Kriterien vorgenommen werden:

- Grad der Vervollkommnung von lernbereichsspezifischen Fähigkeiten (z. B. Zeitminimierung, Zeit-, Distanz-, Treffermaximierung)
- Qualität der Bewegungssicherheit, Bewegungsdynamik, Bewegungskreativität von grundlegenden Bewegungsfertigkeiten
- Korrektheit der Bewegungsausführung sportmotorischer Fertigkeiten (z. B. unter Zeit-, Komplexitäts- und Präzisionsdruck)
- Vollständigkeit und Qualität von Komplexübungen und Übungskombinationen (z. B. Turnübung, Übungskampf)
- Originalität und Kreativität von komplexen sportlichen Handlungen (z. B. Tanz)
- Grad des Wissens im Anforderungsbereich I (z. B. Reproduktion von Bewegungsmerkmalen, Fachtermini, Spielregeln)
- Grad des Wissens im Anforderungsbereich II (z. B. Wiedergabe der Taktik im neuen Sportspiel, Übertragen von Bewegungsmerkmalen innerhalb einer Strukturgruppe, z. B. weit bzw. hoch springen, Heften/Sichern im Gerätturnen)
- Grad des Wissens im Anforderungsbereich III (z. B. Transfer von Kenntnissen aus anderen Unterrichtsfächern auf die Lernbereiche, Beurteilung aktueller Sportereignisse)

Neben den sportspezifischen Kriterien sind weitere prozess- und präsentationsbezogene Kriterien bei der Leistungseinschätzung angemessen zu berücksichtigen:

- **prozessbezogene Kriterien, z. B.:**
 - Qualität der Planung eines Tanzes
 - Effizienz der selbst gewählten Fitnessübungen

- Richtigkeit der Selbst- und Fremdkorrektur im Sportspiel
- Anteil der Leistung des Einzelnen in der Gruppe
- **produkt- und präsentrationsbezogene Kriterien**, z. B.:
 - Korrektheit der Demonstration von Dehnübungen
 - Qualität der Bewegungsausführung von Fertigkeiten
 - Vollständigkeit der Turnübung
 - Synchronität bei Partneraerobic
 - Effizienz der Mediennutzung bzw. -erstellung im Wissensbereich

Die Lernkompetenzen des Schülers, die in allen Fächern weiterentwickelt werden, sind im Fach Sport primär an motorisch-sportliche Handlungen gebunden und somit fachspezifisch zu beschreiben. Folgende Kriterien sind insbesondere im Lernprozess zu beobachten und nach dem Grad der Erreichung einzuschätzen bzw. ggf. zu benoten:

Mitgestalten und Kooperieren:

Der Schüler beteiligt sich am Sportunterricht, indem er über verschiedene Kommunikationsformen den sozialen Kontakt zu seinen Mitschülern sucht, um sich im konkreten Verhalten und Handeln abzustimmen. In dieser Weise übernimmt er verschiedene Rollen bei der Gestaltung des Unterrichts in seiner Vorbereitung, Durchführung und Auswertung.

Sportgerechtes und soziales Handeln:

Der Schüler akzeptiert Regeln des Sports und handelt danach. Er nimmt unter Konkurrenzbedingungen aufeinander Rücksicht und kann Konflikte lösen. Er verhält sich fair, solidarisch und kann sich einordnen. Der Schüler leistet Hilfe und nimmt diese auch an.

Zeigen von Leistungsbereitschaft:

Der Schüler ist grundsätzlich den Anforderungen des Sportunterrichts gegenüber aktiv eingestellt. Das wird in seiner Anstrengungsbereitschaft und in der Übernahme von Verantwortung für den eigenen Lernprozess sowie mitgestaltender Aufgaben deutlich.

Ausüben von Selbst- und Fremdkritik:

Der Schüler ist befähigt, persönliche Leistungen objektiv einzuschätzen und realistische Ziele abzuleiten. Zugleich werden Leistungen Anderer objektiv bewertet, akzeptiert und toleriert.

Anwenden von Wissen und Können:

Der Schüler erkennt Fehler und kann sie korrigieren. Sicherheitsrisiken werden erkannt und minimiert. Der Schüler erstellt kleine Übungsprogramme oder gestaltet Stundenteile. Er setzt sich mit aktuellen Erscheinungen des Sports kritisch auseinander.

Ziele und Inhalte des Sportunterrichts bedingen kooperative Lernformen, z. B. bei der Erarbeitung einer Gruppenübung im Tanz, bei Partnerübungen im Judo oder im Stationsbetrieb zum Abbau muskulärer Dysbalancen. Die Bewertungskriterien kooperativer Lernformen beziehen sich auf den Prozess

DISZ

Schulcurriculum

Sport

Oberstufe

sowie das Produkt, welches im Fach Sport häufig präsentiert bzw. demonstriert wird. Bei der Bewertung in kooperativen Lernprozessen muss dem Anspruch nach individueller Zurechenbarkeit der Leistung entsprochen werden, d. h. Gruppenleistung und individuelle Leistung sind gesondert einzuschätzen.

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fächerübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Verteilungen und Materialvorschläge
<p>Lernbereich Gesundheit und Fitness</p> <p>Der Schüler kann:</p> <p>sich 20-30 Minuten in einem gesundheitswirksamen Bereich ausdauernd bewegen (z. B. Aerobic, Inlineskaten, Radfahren),</p> <p>gesundheitsorientierte Kraft- und Beweglichkeitsubungen unter Anleitung korrekt durchführen (z. B. Circuit),</p> <p>vielfältige koordinative Aufgaben unter Anleitung bewältigen</p> <p>ausgewählte Entspannungsverfahren unter Anleitung durchführen</p> <p>in gesundheitsorientierten Bewegungsformen (z. B. Paarlauf, Run and Bike, Circuit)</p> <ul style="list-style-type: none"> • kooperativ arbeiten • das Vorgehen und Ergebnis reflektieren und wertschätzen <p>die gesundheitlichen Voraussetzungen der Mitschüler</p>	<p>Stärkung von physischen (z. B. Ausdauer, Kraft) und psychosozialen Gesundheitsressourcen (z. B. Selbstkonzept, soziale Unterstützung),</p> <p>Vorbeugung von Gesundheitsrisiken</p> <p>Förderung von körperlichem, psychischem und sozialem Wohlbefinden</p>		<p>Exemplarisch gesundheitsorientierte Fitnessubungen planen, durchführen und reflektieren</p> <p>Fitness-tests zur Bewertung des individuellen Gesundheitszustandes unter Anleitung durchführen und werten</p> <p>Lernbereichs-spezifisches Wissen anschaulich aufbereiten und präsentieren</p> <p>fächerübergreifendes Wissen anwenden</p>	<p>Ernährungs-wissenschaftliche Bezüge zu Biologie und Chemie durch Recherchen herstellen</p>	

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methoden- und Kultur	fächerübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen und Materialvorschläge
<ul style="list-style-type: none"> • erkennen und akzeptieren • und deren sportliche Leistungen auf dieser Basis wertschätzen 					
<p>Lernbereich Sportspiele</p> <p>Der Schüler kann:</p> <p>Ein Rückschlagspiel unter regelgerechten Bedingungen spielen (2:2, im Volleyball 6:6), d. h.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • erlernte Spielfertigkeiten situativ und flexibel einsetzen • Laufwege beobachten • Abwehrpositionen vorwegnehmen <p>ein Zielschusspiel unter regelgerechten Bedingungen spielen (5:5 bis 11:11 je nach Sportspiel), d. h.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • erlernte Spielfertigkeiten im Spiel situativ, flexibel und regelgerecht einsetzen • Ballbesitz kontrollieren • Varianten grundlegender Spielfertigkeiten zielgerichtet einsetzen • mannschaftstaktische 	<p>Verschiedene technisch-taktische Spielsituationen in Formen des Mit- und Gegeneinanders bewältigen</p> <p>Koordinativen Anforderungen spielnah an, z.B. Präzisions-, Variabilitäts- und Zeitdruck. Individuelle und kollektive taktische Maßnahmen setzen</p> <p>Vielfältige koordinative Schulung, insbesondere der Antizipation von Ball- und Laufwegen, der Auge-Hand- bzw. Auge-Fuß-Koordination sowie der Orientierung im Raum</p>		<p>Stundenteile/Übungssequenzen unter Nutzung selbst gewählter Medien planen und organisieren</p> <p>Spieltourniere organisieren</p> <p>Spielleistungen beobachten, einschätzen und korrigieren</p>		Jährliches Fussballturnier

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fächerübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Materialvorschläge
<p>Aufgaben lösen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Positionen wechseln, • Spiel verlagern, • mit Partner/n zusammenspielen, • Räume decken, <p>• komplexe koordinative Anforderungen bewältigen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unter Zeitdruck spielen, • unter Belastungsdruck spielen, <p>• komplexe ubungs- und Spielformen präzise, sicher und variabel bewältigen (z. B. Ball er- obern und ubersituation herstellend Angriff zielorientiert starten).</p> <p>• Spielfreude und -motivation zeigen,</p> <p>• die eigene Spielfähigkeit einschätzen,</p> <p>• das Leistungsvermögen der Mitschluler im Spiel akzeptieren, ausgleichend handeln bzw. Mitschluler in das Spiel einbeziehen,</p>					

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodenrepertorium	fachübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen und Materialvorschläge
<ul style="list-style-type: none"> • konstruktiv mit Sieg und Niederlage umgehen, • sich in Übungs- und Spielsituationen fair und unfallverhütend verhalten, • Teams/Mannschaften bilden und in ihnen kooperieren 					
<p>Lernbereich Gerätturnen</p> <p>Der Schüler kann:</p> <ul style="list-style-type: none"> einen turnerischen Dreikampf gestalten zwei Stützsprünge (z. B. Mädchen: über Pferd quer, Jungen über Kasten lang) ausführen erlernte Elemente und gymnastische Verbindungen in vielfältigen Übungen unter veränderten Bedingungen (z. B. mit Musik, synchron, in Gruppe, mit Hilfsgeräten) zunehmend sicher turnen Bewegungsabläufe mit Verschiedenen Akzentuierungen turnen (z. B. Elemente variabel 	<p>Bewegungserfahrungen sammeln und einzigartige Handlungsmöglichkeiten kennen lernen</p> <p>Weiterentwicklung im intensiven Üben von Kraftausdauer, Armzug-, Stütz-, Rumpf-, Sprungkraft und Beweglichkeit sowie der koordinativen Fähigkeiten</p> <p>Gleichgewichts-, Kopplungs- und Orientierungsfähigkeit</p> <p>Pyramidenbau, artistischen Einlagen, Synchronturnen,</p>		<p>allein, mit dem Partner oder mit der Gruppe</p> <p>Kürübungen</p> <p>selbstständig gestalten und präsentieren</p> <p>Sicherheitsbestimmungen einhalten und aktive Unfallverhütung betreiben</p> <p>Unterrichtssequenzen selbstständig planen, durchführen und reflektieren</p> <p>eigene Bewegungsideen entwickeln und umsetzen</p>		

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fächerübergreifende Akquisitionen	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen und Materialvorschläge
<p>turnen, unterschiedliche Ausgangs Endstellung, Gerätehöhen originelle und kreative Kürübungen aus Elementen des Normgebundenen und Freien Turnens gestalten und präsentieren (z. B. Pyramidenbau, Minitrampolin, Hand- und Hilfgeräte</p> <p>Risiken abwägen, Ängste überwinden und Hemmungen abbauen,</p> <p>seine turnerischen Leistungen realistisch einschätzen und eigene Stärken weiter ausbauen, situationsangemessene Formen des Miteinanders akzeptieren und bewusst ausüben,</p> <p>in kooperativen Arbeitsformen Gruppenpräsentationen erstellen,</p> <p>Anderer motivieren und Anderen vertrauen,</p> <p>Hilfe einfordern, annehmen und verantwortungsvoll geben.</p>	<p>Springen am Minitrampolin</p> <p>Gestalten von Gerätearrangements sowie die eigene und gemeinsame Bewältigung von Bewegungsaufgaben</p>		<p>Gerätearrangements zur Präsentation sinnvoll nutzen</p>		

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fachübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Materialvorschläge
<p>Lernbereich Leichtathletik</p> <p>Der Schüler kann:</p> <ul style="list-style-type: none"> in Spiel- und Wettbewerbsformen schnell und ausdauernd laufen, dabei Hindernisse überwinden, sich im Gelände orientieren und Zusatzaufgaben lösen 100 m aus dem Tiefstart sprinten Hindernisse im 3-Schrittrhythmus überwinden bei Staffelläufen fliegend im gemischten Wechsel wechseln mindestens 20 Minuten ausdauernd laufen beim Springen <ul style="list-style-type: none"> • Tiefweitsprünge durchführen, • aus passendem Anlauf vom Ab-sprungbalken weit springen • beim Werfen/Stoßen in Spiel- und Wettbewerbsfor-men mit unterschiedlichen Ge-räten schnell, zielgenau bzw. weit werfen und stoßen • den Schleuderball und 	<p>Im Mittelpunkt der Fähigkeitsentwicklung stehen Grundlagenausdauer als wesentliche Basis für gesundheitsbezogene Fitness sowie Schnelkraft, Re-aktionsfähigkeit, Kopplungs- und Rhythmisierungsfähigkeit</p> <p>Aneignung und zieladäquate Anwendung entsprechender Bewegungsabläufe sowie seines Wissens zu Bewegungsformen, Methoden des Übens und Ausführungsbestimmungen für Wettbewerbe</p>		<p>zielgerichtetes Üben in Gruppen unter Mediennutzung planen, or-ganisieren und auswerten</p> <p>Belastungsmethoden zur zielge- richteten Leistungssteigerung ein- setzen</p> <p>Bewegungsabläufe der leichtath- letischen Disziplinen an sich und anderen beobachten und korrigieren</p> <p>Gesundheitspotenziale leichtathletischer Disziplinen einschätzen</p>	<p>Referat: Bildung von Potentialen an Nervenzellen</p>	

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fachübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen und Materialvorschläge
<p>andere Wurferate (z. B. Wurfing, Wurf Scheibe) mit ganzer und 1½ Drehung weit Werfen</p> <p>sich in Übungs- und Wettbewerbssituationen fair verhalten,</p> <p>beharrlich, zielgerichtet und selbstkontrolliert üben,</p> <p>sich bei Wahlaufgaben bewusst für die individuell passende entscheiden</p>					

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fachübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen und Materialvorschläge
<p>Lernbereich Rhythmik und Tanz Der Schüler kann:</p> <p>Rhythmen bewusst zur Umsetzung von Themen nutzen und durch Bewegung gestalten</p> <p>komplexe Tanzfolgen (mindestens 32 Takte) variieren, selbstständig gestalten und präsentieren</p> <p>verschiedene Bewegungsformen mit erhöhtem Tempo ausführen</p> <p>Zusammenhänge zwischen Rhythmus, Musik und Bewegung erklären</p> <p>grundlegende choreografische Gestaltungsvarianten für vorgegebene Bewegungsaufgaben aufzeigen</p> <p>die gesundheitsfördernde Wirkung gymnastischer und tänzerischer Bewegungsformen erklären</p>	<p>Handlungskompetenz durch die rhythmisch-musikalische Gestaltung von Bewegungen erweitern</p> <p>Körper als elementares Ausdrucksmittel kennen lernen</p> <p>Fähigkeiten im Darstellen tänzerischer, gymnastischer und rhythmischer Bewegungsformen entwickeln</p> <p>Erlernen von Umgang mit Handgeräten und unterschiedlichen Materialien (z. B. Tücher, Heavy Hands) und verschiedenen Tänzen</p>		<p>Ausdrucks-möglich-keiten des Körpers und Wirkungen der Musik nutzen und gezielt beim Lösen von Bewegungs-aufgaben anwenden</p> <p>Übungs- und Tanzfolgen nach vorgegebenem Rhythmus und Themen erstellen</p> <p>choreografische Gesichtspunkte zur Gestaltung kreativer Übungs- und Tanzfolgen anwenden</p> <p>ausgewählte Bewegungs- oder Tanzformen beurteilen und korri-gieren</p>	<p>Projektarbeit mit dem Musiklehrer zur Verbesserung des Rhythmusgefuhls</p>	

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methodencurriculum	fächerübergreifende Aktivitäten	Schulspezifische Ergänzungen und Materialvorschläge
Lernbereich Schwimmen Der Schüler kann: <ul style="list-style-type: none"> • 30-35 Minuten ausdauernd schwimmen • 100 m sicher und schnell schwimmen • Wenden schnell ausführen <p>mindestens 10 m weit und nach Gegenständen tief tauchen und diese unter Zeitbegrenzung an die Wasseroberfläche bringen</p> <p>Sprünge (z. B. Startsprung) vom Startblock oder Brett (3 m) springen</p> <p>Techniken der Schwimmararten, Starts und Wenden nennen und beschreiben (z. B. korrekter Anschlag am Beckenrand, Abdruck)</p> <p>Gefahrensituationen erkennen und meiden</p> <p>grundlegende Maßnahmen der Ersten Hilfe und der Wiederbelebung nennen und beschreiben</p>	<p>Erlebnis- und Erfahrungsraum Wasser</p> <p>Förderung der physischen Gesundheitsressourcen</p> <p>Schwimmen, Tauchen, Springen sowie Synchronschwimmen</p> <p>Selbst- und Fremdrehtung und Erwerben der Grundkenntnisse in der Ersten Hilfe</p> <p>Bewegungs- und Übungsformen für individuelle Freizeitgestaltung</p> <p>Kraul-, Brust- und Rückenschwimmen</p> <p>Ausdauerschwimmen</p>		<p>Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen sachgerecht organisieren (kleine Spiele, Wettkämpfe, Staffeltwettkampfe) und leiten</p> <p>Bewegungsabläufe der Schwimmararten beobachten und nach Technikkriterien korrigieren</p> <p>beim Tauchen die Atmung kontrollieren und regulieren, sich nach Sicht orientieren</p>		<p>Sportabzeichen</p>

DISZ

Schulcurriculum

Sport

Oberstufe
