

Schulinterner Lehrplan Sport
Norbert-Gymnasium Knechtsteden

Sekundarstufe I

Sport

(Fassung vom 01.08.2020)

Inhaltsverzeichnis

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Erprobungsstufe als Partitur	7
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Mittelstufe als Partitur.....	8
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5	9
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6	10
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7	11
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8 (in Planung).....	12
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9 (in Planung).....	13
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10 (in Planung).....	14
Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern.....	15
2.2 GRUNDSÄTZE DER FACHDIDAKTISCHEN UND FACHMETHODISCHEN ARBEIT	23
2.3 GRUNDSÄTZE DER LEISTUNGSBEWERTUNG UND LEISTUNGSRÜCKMELDUNG	26
<i>I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:</i>	27
<i>II. Formen der Leistungsüberprüfung</i>	28
2.4 LEHR- UND LERNMITTEL	30
3. ENTSCHEIDUNGEN ZU FACH- ODER UNTERRICHTSÜBERGREIFENDEN FRAGEN.....	30
4. QUALITÄTSSICHERUNG UND EVALUATION	31
5. ANLAGEN – PARTITUR (SI GESAMT) STUFE 5 – 7 VERABSCHIEDET - STUFE 8 – 10 GEPLANT	33
LEISTUNGSTABELLE SCHWIMMEN UND LEICHTATHLETIK (KLASSE 5 – 7).....	34
LEISTUNGSTABELLE SCHWIMMEN UND LEICHTATHLETIK (KLASSE 8 – 10).....	35
LEISTUNGSTABELLE AUSDAUER (COOPER TEST)	36

1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Der hohe Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild des Norbert-Gymnasiums als NRW-Sportschule aus. Wir folgen dabei einem christlichen, ganzheitlichen und salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schülerinnen und Schülern fördern will. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 durchgängig koedukativ statt. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

In besonderer Weise sind die Vermittlung eines christlichen Menschenbildes durch Betonung eines rücksichtsvollen Verhaltens in Wort und Tat sowie Aufgabenstellungen zum partnerschaftlichen und fairen Umgang miteinander im Sportunterricht zu nennen. Dass Fairness im Sport als „selbstverständliche“ ethisch-moralische Maxime anzusehen ist und dauerhaft im Unterricht thematisiert werden muss, lässt den Sportunterricht in besonderer Weise mithelfen, die christlichen Zielsetzungen der Schule zu vertiefen.

Unseren Schülerinnen und Schülern soll in diesem Sinne auch Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Schulsportwettkämpfen im Rahmen von JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA und schuleigenen Wettkämpfen, u.a. einem Crosslauf und den Bundesjugendspielen, zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Die Fachschaft Sport fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schülern durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und über die Schulzeit hinaus zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstregulation etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leisten die Sportlehrkräfte des Norbert-Gymnasiums durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen

Beitrag, der dem grundlegenden Bildungs- und Erziehungsauftrag von Schule gerecht wird. Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln zu reflektieren. Dabei verfolgt unser erziehender Sportunterricht auf der Basis der Rahmenvorgaben für den Schulsport eine mehrperspektivische Ausrichtung, die in den nachfolgend aufgeführten Unterrichtsvorhaben konkretisiert wird.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

Vor dem Hintergrund des Stellenwertes einer NRW-Sportschule ermöglichen wir jungen Leistungssportlerinnen und Leistungssportlern in Kooperation mit der Bertha-von-Suttner Gesamtschule Nievenheim sowie dem TSV Bayer Dormagen und dem AC Ückerath neben einer anspruchsvollen Schulbildung über den regulären Schulsport hinaus vielfältige Formen der Förderung und ermöglichen durch eine besondere Unterstützung der Schüler*innen die Vereinbarkeit von Leistungssport und Schule.

Besonderheiten stellen in diesem Zusammenhang unter anderem die Bildung einer Sportklasse, der leistungssportlich ausgerichtete Kurs im Differenzierungsbereich, das Angebot eines Sport-Leistungskurses in der Qualifikationsphase der Sekundarstufe II sowie das Teilzeit-internat wie auch das Sportinternat als Teil der Schullandschaft dar. Ansprechpartner für Fragen im Zusammenhang mit der NRW-Sportschule, dem für die Aufnahme in die Sportklassen notwendigen sportmotorischen Test sowie der Förderung von Leistungssportlerinnen und Leistungssportlern ist der Sportkoordinator.

Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds

Sportstätten der Schule:

- schuleigene große Sporthalle
- schuleigene kleine Sporthalle
- schuleigener Gymnastikraum
- schuleigenes Lehrschwimmbecken
- schuleigener Kraftraum (zur Förderung von Leistungssportlerinnen und Leistungssportler)
- schuleigener Kunstrasenplatz mit 4 Rundlaufbahnen (Tartan, 400m), 6 Sprintstrecken (100m), einer Sprunggrube, 2 Hochsprunganlagen, einem Basketball- und einem Handballfeld in den Köpfen
- zwei Beachvolleyballplätzen
- schuleigener Hartplatz mit einer Weitsprunggrube und Kugelstoßanlagen

Sportstätten im Umfeld der Schule:

- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule (Knechtstedener Wald)

- Kooperation mit dem TSV Bayer Dormagen
 - Fechthalle
 - Freibad mit 50m-Bahn
 - 2 Mehrzweckhallen
 - Leichtathletikanlage
 - Leichtathletikhalle
 - Krafraum
 - Diverse Kleinsporthallen
- AC Ückerath
 - Ringerhalle
- Kooperation dem Golf & Country Club Velderhof für die Schul-Golf-AG (saisonal)

Unterrichtsangebot

Der Sportunterricht wird in allen Klassenstufen der Sekundarstufe I auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt:

Jahrgangsstufe	5	6	7	8	9	10
Unterrichtsstunden	4	3	3	3	3	2

Abweichend davon wird der Sportunterricht in den Sportklassen (b-Klassen) auf der folgenden verbindlichen Stundentafel erteilt:

Jahrgangsstufe	5	6	7	8	9	10
Unterrichtsstunden	7	6	6	6	6	6

Zusätzlich wird folgende Verteilung festgelegt:

- Differenzierungskurse Jahrgangsstufe 9/10: 3-stündig
- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Leistungskurs: 5-stündig

Die Fachkonferenz Sport bietet mit Anwachsen des G9-Bildungsgangs gemäß APO SI in den Jahrgangsstufen 9 und 10 das Fach *Sport Leistung* für im Nachwuchsleistungssport aktive Athletinnen und Athleten im Wahlpflichtbereich an. Dies ermöglicht interessierten Schülerinnen und Schülern über den Pflichtunterricht hinaus, grundlegende Erkenntnisse wissenschaftspropädeutischen Arbeiten zu gewinnen und diese für sich selbst und über den Schulsport hinaus zu nutzen.

Das Fahrtenprogramm der Schule sieht in der Jahrgangsstufe 8 eine Schul-Skifahrt vor, die als außerschulische Maßnahme als Teil des Sportunterrichts durchgeführt wird.

Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich, die im Medienkonzept der Schule vereinbarten Themen und Inhalte fachspezifisch aufzugreifen und in konkreten Unterrichtsvorhaben umzusetzen.

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich, die Schülerinnen und Schülern durch konzeptionell verankerte fachübergreifende Maßnahmen zur Förderung der exekutiven Funktionen und der Selbstregulation in ihrem individuellen Lernprozess zu unterstützen.

Fachliche Zusammenarbeit mit außerunterrichtlichen Partnern

Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot zur individuellen Förderung gemacht. Dabei ist eine Kooperation mit außerschulischen Partnern des Sports möglich und auch anzustreben.

Sporthelferausbildung

Das Norbert-Gymnasium bietet im außerunterrichtlichen Schulsport in Kooperation mit dem Kreissportbund Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich im Alter zwischen 13 und 17 Jahren als Sporthelferin bzw. Sporthelfer ausbilden zu lassen. Nach der Ausbildung erfolgt der Einsatz der Sporthelferinnen und Sporthelfer u.a. in der Betreuung des Pausensports, in der Unterstützung des schulsportlichen Wettkampfwesens und in der Betreuung im AG-Angebot.

Die Sporthelferinnen und Sporthelfer sollen im Anschluss an ihre Ausbildung jeweils für mindestens ein Jahr in der Mitarbeit im Schulsport eingesetzt werden. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten sie ein Zertifikat für die Förderung des Ehrenamtes an der Schule. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einer Bemerkung auf dem Zeugnis versehen.

Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten

Unsere Fachkonferenz hat beschlossen, dass in ausgewählten Jahrgangsstufen auf der Grundlage des Unterrichts Bundesjugendspiele und Schulsportwettkämpfe und -turniere durchgeführt werden.

Cross-Lauf: In den Jahrgangsstufen 5-10 (G9) wird von der Sportfachschaft seit mehr als 40 Jahren ein Cross-Lauf geplant, organisiert und umgesetzt.

In den Jahrgangsstufen 5-10 werden in einem durch die Fachkonferenz festgelegten Rhythmus Bundesjugendspiele in der Leichtathletik bzw. Gerätturnen durchgeführt. Die Bundesju-

gendspiele werden nach Absprache der Fachkonferenz als Schulsportwettkampf organisiert. Sporthelferinnen und Sporthelfer sowie Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe II, insbesondere der Leistungskurse Sport, sollen die Aktivitäten unterstützen.

In den letzten Tagen vor den Sommerferien wird für alle Schülerinnen und Schülern ein SV-Sporttag von der Schülerversammlung geplant, welcher von Schülerinnen und Schülern unter Mithilfe von Eltern und der Fachschaft Sport organisiert und durchgeführt wird.

Regelmäßig (mindestens alle 2 Jahre) legen die Schülerinnen und Schüler in den Sportkursen das Deutsche Jugendsportabzeichen ab.

Schulsportliches Wettkampfwesen (u.a. „JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA“)

Das Norbert-Gymnasium bietet eine breite Palette an Schulsportmannschaften, die von der Fachschaft Sport betreut werden. Die Teilnahme am schulsportlichen Wettkampfwesen / „JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA“ wird regelmäßig dokumentiert und als Bemerkung auf dem Zeugnis vermerkt.

AG-Angebote

Die Fachschaft Sport bietet wechselnde Formen der sportlichen Betätigung im AG-Bereich an. [Aktuelle Angebote sind der AG-Liste auf der schuleigenen Homepage zu entnehmen.](#)

In der Regel werden folgende AG's angeboten:

- Schwimmen
- Volleyball
- Fußball
- Segeln
- Golf
- Kanu
- Schach
- Leichtathletik
- Gerätturnen

Außerschulische Sportfeste

Das Norbert-Gymnasium nimmt u.a. mit einer großen Teilnehmerzahl am Zonser-Nachtlauf, an der NRW-Streetbasketballtour und am Schullauf des Köln-Marathons teil.

2. Entscheidungen zum Unterricht

2.1 Unterrichtsvorhaben

In der nachfolgenden Übersicht wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben dargestellt. Die Durchführung der Unterrichtsvorhaben kann jedoch abhängig von den schulorganisatorischen Rahmenbedingungen ungeachtet ihrer grundsätzlichen Obligatorik innerhalb der jeweiligen Bildungsstufe (Erprobungsstufe/Mittelstufe) von der nachfolgend abgebildeten Reihenfolge abweichen.

Die Übersicht dient dazu, für die einzelnen Jahrgangsstufen allen am Bildungsprozess Beteiligten einen schnellen Überblick über Themen bzw. Fragestellungen der Unterrichtsvorhaben unter Angabe besonderer Schwerpunkte in den Inhalten und in der Kompetenzentwicklung zu verschaffen. Dadurch soll verdeutlicht werden, welches Wissen und welche Fähigkeiten in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben besonders gut zu erlernen sind und welche Aspekte deshalb im Unterricht hervorgehoben thematisiert werden sollten.

Unter den Hinweisen des Übersichtsrasters werden u.a. Möglichkeiten im Hinblick auf inhaltliche Fokussierungen und interne Verknüpfungen ausgewiesen (didaktische und methodische Entscheidungen, Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe). Diese Möglichkeiten haben jedoch im Gegensatz zu den in den UV-Karten ausgewiesenen und anzustrebenden konkretisierten Kompetenzerwartungen keinen verpflichtenden, sondern vielmehr empfehlenden Charakter und obliegen der pädagogischen Entscheidungsfreiheit und Verantwortung der unterrichtenden Lehrkraft.

Die Fachschaft Sport einigt sich auf eine vertiefende Behandlung des Mannschaftsspiels „Basketball“ in der Sekundarstufe I im Sinne des Kernlehrplans und realisiert diese Vertiefung anhand der nachfolgend verbindlich aufgeführten kontextualisierenden und progressiv angelegten Unterrichtsvorhaben im Bewegungsfeld/Sportbereich 7. Ergänzend werden in diesem Bewegungsfeld die Sportarten „Handball, Beach-/Volleyball, Hockey, Flag-Football und Badminton“ als inhaltliche Kerne festgelegt.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich darüber hinaus als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Der schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schülerinnen und Schülern, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Klassenfahrten o.Ä.) belässt.

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Erprobungsstufe als Partitur

	5		6
1	BF 1.1 „Ausdauer macht Spaß“ (12 Std.)	Freiraum (8 Std.)	BF 9.1 „Allein und in Gruppen regelgerecht um Räume und Gegenstände kämpfen“ (12 Std.)
2			Freiraum (3 Std.)
3			
4			
5			
6	Fahrtenwoche - Freiraum (4 Std.)		Fahrtenwoche - Freiraum (4 Std.)
7	BF 4.1 "Gleiten, Tauchen Orientieren" (12 Std.)	BF 2.1 „Spielen lernen durch Spielen“ (16 Std.)	Freiraum (3 Std.)
8			BF 8.1 „Gleiten auf dem Eis“ (6 Std.)
9			
10			
11	BF 4.2 "In der Rücken- und Bauchlage schwimmen" (20 Std.)	BF 5.1 „Spannungs-geladene Ninja Warriors“ (16 Std.)	BF 5.2 „Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch?“ (18 Std.)
12			
13			BF 7.2 „Erste Schritte im Basketball“ (18 Std.)
14			
15			
16			
17	BF 2.2 „Spielen fürs Köpfchen“ (4 Std.)	Freiraum (9 Std.)	
18			
19	Freiraum (4 Std.)	BF 7.1 „An die Bälle, fertig, los!“ (20 Std.)	BF 6.1 „An die Seilchen, fertig, los“ (12 Std.)
20			
21	BF 3.1 „Laufen, Springen, Werfen“ (20 Std.)	BF 7.1 „An die Bälle, fertig, los!“ (20 Std.)	BF 6.2 "Coole Moves im Step Aerobic zu aktuellen Hits" (9 Std.)
22			BF 3.2 „Höher, schneller, weiter“ (15 Std.)
23			
24			
25	Freiraum (24 Std.)	BF 7.1 „An die Bälle, fertig, los!“ (20 Std.)	Freiraum (12 Std.)
26			
27			
28			
29			
30			
31	Freiraum (24 Std.)	BF 7.1 „An die Bälle, fertig, los!“ (20 Std.)	Freiraum (12 Std.)
32			
33			
34			
35	Freiraum (24 Std.)	BF 7.1 „An die Bälle, fertig, los!“ (20 Std.)	Freiraum (12 Std.)
36			
37			
38			
39	Freiraum (24 Std.)	BF 7.1 „An die Bälle, fertig, los!“ (20 Std.)	Freiraum (12 Std.)
40			
Wochen-Stunden	4		3
Std / Freiraum	160 Std / Freiraum 40 Std		120 Std / Freiraum 30 Std

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Mittelstufe als Partitur

	7	8	9	10	
1	BF 3.4 "Crosslauf? Lläuft bei uns!" (15 Std.)	BF 7.4 "Das Spiel übers Netz" (15 Std.)	BF 3.6 "Relativ hoch springen" (15 Std.)	BF 1.3 "Auf dem Weg zu meiner ersten Laufveranstaltung" (10 Std.)	
2					
3					
4					
5					
6	Fahrenwoche - Freiraum (3 Std.)		Freiraum (3 Std.)	Freiraum (2 Std.)	
7	BF 2.4 "Life Kinetik: Wenn das Gehirn joggen geht" (12 Std.)	BF 6.4 "So sieht das aus?! BallKoRobics" (15 Std.)	BF 7.6 "Alles unter einem Dach: Regeln, Techniken und Taktiken - Streetball" (15 Std.)	BF 6.5 "Let's dance! - Hip Hop" (12 Std.)	
8					
9					
10					
11	BF 4.3 "Schön schnell schwimmen?!" (18 Std.)	BF 9.2 "Mit und gegeneinander kämpfen" (15 Std.)	BF 1.3 "Das Fitnessstudio in der Turnhalle" (15 Std.)	BF 7.8 "Den Gegner laufen lassen - Badminton" (14 Std.)	
12					
13					
14		Freiraum (12 Std.)			
15					
16	Freiraum (12 Std.)	Freiraum (12 Std.)	Freiraum (12 Std.)	Freiraum (2 Std.)	
17					
18					
19					
20		Freiraum (6 Std.)			
21	BF 5.3 "Wie im Zirkus - Akrobatik" (18 Std.)	BF 8.2 "Abfahrt" (17 Std.)	BF 5.4 "Le Parcour" (18 Std.)	BF 5.5 "Turnen an den Ringen ist fast wie Fliegen" (12 Std.)	
22					
23					
24					
25					
26	BF 6.2 "Manege frei" - Zirkusprojekt" (12 Std.)	BF 4.4 "Sich selbst und andere retten" (16 Std.)	BF 2.5 "Trendsport Indica" (12 Std.)	Freiraum (16 Std.) Empfehlung: BF 7.9 Fußball/Handball	
27					
28					
29					
30					
31	BF 7.3 "Be like Dirk - Basketball II" (15 Std.)	BF 7.5 "Hockey - eine Teamsportart für alle" (15 Std.)	BF 7.7 "Ready, set, GO! - Flag-Football" (15 Std.)	BF 3.7 "Keine Hürde zu hoch, kein Abstand zu weit" (12 Std.)	
32					
33					
34					
35	Freiraum (15 Std.)	Freiraum (9 Std.)	Freiraum (15 Std.)	Freiraum (15 Std.)	
36					
37					
38					
39					
40	Wochenstunden	3	3	3	2
Std / Freiraum		120 Std / Freiraum 30 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	80 Std / Freiraum 20 Std

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5

Planungsgrundlage: 160 Ustd. (4 Stunden pro Woche, 40 Wochen), davon 75% entsprechen 120 UStd. pro Schuljahr.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„Ausdauer macht Spaß“ – Vorbereitung auf den Crosslauf	1.1	12
UV 2	„Spielen lernen durch Spielen“ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen kooperativ spielen, variieren und entwickeln	2.1	16
UV 3	„Gleiten, Tauchen und Orientieren“ – Grundlegende Erfahrungen im Wasser in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	4.1	12
UV 4	„In der Rücken- und Bauchlage schwimmen!“ – Beim Erlernen/Vertiefen des Rückenschwimmens (und evtl. Brustschwimmens) den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	4.2	20
UV 5	„Spannungsgeladene Ninja Warriors“ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	5.1	16
UV 6	„Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	2.2	4
UV 7	„An die Bälle, fertig, los!“ – Förderung der allgemeinen Ballkoordination durch abwechslungsreiche Übungs- und Spielformen (differenzielles Lernen) in Anlehnung an die Heidelberger Ballschule und das Zielspiel Handball	7.1	20
UV 8	„Laufen, Springen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	3.1	20
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			160 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			120 UE
Freiraum:			40 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6

Planungsgrundlage: 120 Ustd. (3 Stunden pro Woche, 40 Wochen), davon 75% entsprechen 90 UStd. pro Schuljahr.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Vom Miteinander zum Gegeneinander “ – Allein und in Gruppen um Räume und Gegenstände regelgerecht kämpfen	9.1	12
UV 2	„ Gleiten auf dem Eis “- Exkursion zur Eissporthalle	8.1	6
UV 3	„ Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch? “ – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden (Barren, Reck oder Schwebebalken) für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen	5.2	18
UV 4	„ Erste Schritte im Basketball “ – Grundlegende Techniken und Taktiken in einfachen Spielsituationen angemessen und regelgerecht anwenden	7.2	18
UV 5	„ An die Geräte, fertig, los “ – Eine Minichoreo zum Rhythmus der Musik um- und neugestalten und als Gruppenchoreo demonstrieren	6.1	12
UV 6	„ Cooler Moves zu aktuellen Hits “ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreographie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten	6.2	9
UV 7	„ Höher, schneller, weiter “ – Wir bereiten uns auf die Bundesjugendspiele vor	3.2	15
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7

Planungsgrundlage: 120 Ustd. (3 Stunden pro Woche, 40 Wochen), davon 75% entsprechen 90 UStd. pro Schuljahr.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Min.)
UV 1	„ Crosslauf? Lläuft bei uns! “ – Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit und Lauftechnik	3.3	15
UV 2	„ Life Kinetik: Wenn das Gehirn joggen geht “ – Entwicklung und Variation kleiner Spiel- und Übungsformen zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten.	2.3	12
UV 3	„ Schön schnell schwimmen!? “ – (Weiter-)Entwicklung der Wechselzugtechnik Kraul	4.3	18
UV 4	„ Wie im Zirkus “ – Entwicklung einer akrobatischen Gruppengestaltung	5.3	18
UV 5	„ Manege frei! “ – Wir gestalten unsere eigene Zirkusshow	6.3	12
UV 6	„ Be like Dirk “ – Durch die Vermittlung basketballspezifischer Regeln, Techniken und Taktiken zu einer grundlegenden Spielfähigkeit gelangen	7.3	15
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Planungsgrundlage: 120 Ustd. (3 Stunden pro Woche, 40 Wochen), davon 75% entsprechen 90 UStd. pro Schuljahr.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <i>Das Spiel über´s Netz</i> “ – spielgemäße Einführung der Spielsportart (Beach-)Volleyball	7.4	15
UV 2	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – Die eigene Bewegungsqualität in einer Choreographie mit Handgeräten verbessern sowie eine Präsentation gestalten und beurteilen	6.4	15
UV 3	„ <i>Mit und gegeneinander kämpfen</i> “ – in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen	9.2	12
UV 4	„ <i>Abfahrt!</i> “ – Skigymnastik und Skifahrt (Exkursion)	8.2	17
UV 5	„ <i>Sich selbst und andere retten</i> “ – Durch sicherheitsbewusstes Verhalten Badeunfällen vorbeugen und im Notfall unter Berücksichtigung von Selbst- und Fremdrettungsmaßnahmen angemessen reagieren können	4.4	16
UV 6	„ <i>Hockey – eine Teamsportart für alle</i> “ – Einführung in die Sportart Hockey zur Erweiterung der Spielfähigkeit und Erschließung der Sportkultur	7.5	15
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9 (in Planung)

Planungsgrundlage: 120 Ustd. (3 Stunden pro Woche, 40 Wochen), davon 75% entsprechen 90 UStd. pro Schuljahr.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Relativ hoch springen “ – Hochsprung in Relation zur Körpergröße	3.4	15
UV 2	„ Alles unter einem Dach: Regeln, Techniken und Taktiken “ – Vermittlung technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Basketball unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Spielfähigkeit im Streetball	7.6	15
UV 3	„ Das Fitnessstudio in der Turnhalle “ – Planung, Durchführung, Dokumentation und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	1.2	15
UV 4	„ Le Parcour “ – Wir überwinden sicher Hindernisse	5.4	18
UV 5	„ Trendsport Indiacá “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte analysieren und beurteilen	2.4	12
UV 6	„ Ready, set, GO! “ – Entwicklung eigener Spielzüge zum Umgang mit Taktik am Beispiel Flagfootball	7.7	15
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			60 UE
Freiraum:			20 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10 (in Planung)

Planungsgrundlage: **80** Ustd. (2 Stunden pro Woche, 40 Wochen), davon 75% entsprechen **60** UStd. pro Schuljahr.

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ Auf dem Weg zu meiner ersten Laufveranstaltung “ – die Erprobung verschiedener Trainingsmethoden als Grundlage für die Erarbeitung eines individuellen gesundheitsorientierten Ausdauerprogramms.	1.3	10
UV 2	„ Let’s dance! “ – Entwicklung einer Hip Hop Gruppenchoreografie zur Erschließung einer neuen Tanzkultur	6.5	12
UV 3	„ Den Gegner laufen lassen “ – Vermittlung des Regelwerkes sowie zentraler Techniken und Taktiken im Badminton zur Entwicklung einer Spielfähigkeit	7.8	14
UV 4	„ Turnen an den Ringen ist fast wie fliegen “ – Umgang mit Angst am Turngerät Ringe und normgebundenes Turnen an Reck und Barren als weitere Turngeräte	5.5	12
UV 5	„ Keine Hürde zu hoch, kein Abstand zu weit “ - Erlernen der technischen Grundlagen des Hürdenlaufens als exemplarische Rhythmusschulung in der Leichtathletik	3.5	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			80 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			60 UE
Freiraum:			20 UE

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
1.1	„ Ausdauer macht Spaß “ – Vorbereitung auf den Crosslauf	5	6
Ende Erprobungsstufe			
1.2	„ Das Fitnessstudio in der Turnhalle “ – Planung, Durchführung, Dokumentation und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	9	15
1.3	„ Auf dem Weg zu meiner ersten Laufveranstaltung “ – die Erprobung verschiedener Trainingsmethoden als Grundlage für die Erarbeitung eines individuellen gesundheitsorientierten Ausdauerprogramms.	10	10
Ende Sekundarstufe I			21 UE

BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
2.1	„ <i>Spielen lernen durch Spielen</i> “ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen kooperativ spielen, variieren und entwickeln	5	16
2.2	„ <i>Spielen fürs Köpfchen</i> “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	5	4
Ende Erprobungsstufe			
2.3	„ <i>Life Kinetik: Wenn das Gehirn joggen geht</i> “ – Entwicklung und Variation kleiner Spiel- und Übungsformen zur Förderung der koordinativen Fähigkeiten.	7	12
2.4	„ <i>Trendsport Indica</i> “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte analysieren und beurteilen	9	12
Ende Sekundarstufe I			42 UE

BF/SB 3 – Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
3.1	„ Laufen, Springen, Werfen “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	5	20
3.2	„ Höher, schneller, weiter “ – Wir bereiten uns auf die Bundesjugendspiele vor	6	15
Ende Erprobungsstufe			
3.3	„ Crosslauf? Lläuft bei uns! “ – Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit und Lauftechnik	7	15
3.4	„ Relativ hoch springen “ – Hochsprung in Relation zur Körpergröße	9	15
3.5	„ Keine Hürde zu hoch, kein Abstand zu weit “ - Erlernen der technischen Grundlagen des Hürdenlaufens als exemplarische Rhythmusschulung in der Leichtathletik	10	12
Ende Sekundarstufe I			77 UE

BF/SB 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
4.1	„ Gleiten, Tauchen und Orientieren “ – Grundlegende Erfahrungen im Wasser in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	5	12
4.2	„ In der Rücken- und Bauchlage schwimmen! “ – Beim Erlernen/Vertiefen des Rückenschwimmens (und evtl. Brustschwimmens) den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	5	20
Ende Erprobungsstufe			
4.3	„ Schön schnell schwimmen!? “ – (Weiter-)Entwicklung der Wechselzugtechnik Kraul	7	18
4.4	„ Sich selbst und andere retten “ – Durch sicherheitsbewusstes Verhalten Badeunfällen vorbeugen und im Notfall unter Berücksichtigung von Selbst- und Fremdrettungsmaßnahmen angemessen reagieren können	8	18
Ende Sekundarstufe I			68 UE

BF/SB 5 – Bewegungen an Geräten - Turnen

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
5.1	„ <i>Spannungsgeladene Ninja Warriors</i> “ – Vielfältiges turnerisches Bewegen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Geräte- und Abenteuerstationen und -parcours nutzen	5	16
5.2	„ <i>Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch?</i> “ – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden (Barren, Reck oder Schwebebalken) für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen	6	18
Ende Erprobungsstufe			
5.3	„ <i>Wie im Zirkus</i> “ – Entwicklung einer akrobatischen Gruppengestaltung	7	18
5.4	„ <i>Le Parcour</i> “ – Wir überwinden sicher Hindernisse	9	18
5.5	„ <i>Turnen an den Ringen ist fast wie fliegen</i> “ – Umgang mit Angst am Turngerät Ringe und normgebundenes Turnen an Reck und Barren als weitere Turngeräte	10	12
Ende Sekundarstufe I			82 UE

BF/SB 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
6.1	„ <i>An die Geräte, fertig, los</i> “ – Eine Minichoreo im Reifen, Seil oder Ball zum Rhythmus der Musik um- und neugestalten und als Gruppenchoreo demonstrieren	6	12
6.2	„ <i>Cooler Moves zu aktuellen Hits</i> “ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreographie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten	6	9
Ende Erprobungsstufe			
6.3	„ <i>Bühne frei!</i> “ – Wir gestalten unsere eigene Bühnenshow	7	12
6.4	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – Die eigene Bewegungsqualität in einer Choreographie mit Handgeräten verbessern sowie eine Präsentation gestalten und beurteilen	8	15
6.5	„ <i>Let's dance!</i> “ – Entwicklung einer Hip Hop Gruppenchoreografie zur Erschließung einer neuen Tanzkultur	10	12
Ende Sekundarstufe I			60 UE

BF/SB 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Min.)
7.1	„ An die Bälle, fertig, los! “ – Förderung der allgemeinen Ballkoordination durch abwechslungsreiche Übungs- und Spielformen (differenzielles Lernen) in Anlehnung an die Heidelberger Ball- schule und das Zielspiel Handball.	5	20
7.2	„ Erste Schritte im Basketball “ – Grundlegende Techniken und Taktiken in einfachen Spielsitua- tionen angemessen und regelgerecht anwenden	6	18
Ende Erprobungsstufe			
7.3	„ Be like Dirk “ – Durch die Vermittlung basketballspezifischer Regeln, Techniken und Taktiken zu einer grundlegenden Spielfähigkeit gelangen	7	15
7.4	„ Das Spiel über´s Netz “ – spielgemäße Einführung der Spielsportart (Beach-)Volleyball	8	15
7.5	„ Hockey – eine Teamsportart für alle “ – Einführung in die Sportart Hockey zur Erweiterung der Spielfähigkeit und Erschließung der Sportkultur	8	15
7.6	„ Alles unter einem Dach: Regeln, Techniken und Taktiken “ – Vermittlung technischer Fertig- keiten und taktischer Fähigkeiten im Basketball unter besonderer Berücksichtigung der individuel- len Spielfähigkeit im Streetball	9	15
7.7	„ Ready, set, GO! “ – Entwicklung eigener Spielzüge zum Umgang mit Taktik am Beispiel Flag- football	9	15
7.8	„ Den Gegner laufen lassen “ – Vermittlung des Regelwerkes sowie zentraler Techniken und Tak- tiken im Badminton zur Entwicklung einer Spielfähigkeit	10	14
Ende Sekundarstufe I			127 UE

BF/SB 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wassersport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
8.1	„ <i>Gleiten auf dem Eis</i> “ - Exkursion zur Eissporthalle	6	6
Ende Erprobungsstufe			
8.2	„ <i>Abfahrt!</i> “ – Skigymnastik und Skifahrt (Exkursion)	8	17
Ende Sekundarstufe I			18 UE

BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Nummer im Bewegungsfeld	Name des UVs	Jahrgangsstufe	UE (45 Minuten)
9.1	„ <i>Vom Miteinander zum Gegeneinander</i> “ – Allein und in Gruppen um Räume und Gegenstände regelgerecht kämpfen	6	12
Ende Erprobungsstufe			
9.2	„ <i>Mit und gegeneinander kämpfen</i> “ – in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen	8	15
Ende Sekundarstufe I			27 UE

2.2 Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich einer Grundhaltung, die von Freundlichkeit, Respekt und gegenseitiger Wertschätzung aller Beteiligten geprägt ist.

Unsere Schule und so auch die Fachkonferenz Sport bekennen sich zu den Kriterien einer guten Schule und guten Unterrichts, wie sie im Referenzrahmen für Schulqualität entfaltet werden. Dabei sind insbesondere die Qualitätsaussagen im Inhaltsbereich *Lehren und Lernen* für die Gestaltung des Unterrichts in allen Fächern unserer Schule leitend. Um diesen Ansprüchen auch im Sportunterricht gerecht werden zu können, orientieren wir uns an den u.a. dort formulierten Merkmalen kompetenzorientierten Unterrichts:

Stärkenorientierung

„Alle unsere Schülerinnen und Schüler können etwas, niemand kann alles und keiner kann nichts.“¹

- In der Unterrichtsgestaltung steht nicht die Aufarbeitung möglicher Defizite im Fokus, sondern es gilt, an bereits vorhandene und verfügbare Ressourcen und Stärken anzuknüpfen und diese auszubauen.
- Wir ermöglichen Selbstwirksamkeitserlebnisse und -erfahrungen, die wiederum die Motivation fördern sowie das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl positiv beeinflussen.
- „Aus Fehlern lernt man“ – Beim Erarbeiten und Üben bieten fehlerhafte Arbeitsergebnisse willkommene Lernanlässe und fördern den Erkenntnisgewinn aller Beteiligten.

Individualisierung

- Durch geeignete diagnostische Maßnahmen ermitteln wir Lernstände und Lernvoraussetzungen möglichst präzise, z.B. mit kriteriengeleiteten Beobachtungen, motorischen Tests, Fremd- und Selbsteinschätzungsbögen, diagnostischen Gesprächen (auch zur Einschätzung von Lernhintergründen) und ggf. Förderplänen.
- Darauf aufbauend gestalten wir – im Hinblick auf konkretisierte Lernziele, Lernzeiten und Lernwegen – passgenau differenzierte Lernangebote, z.B. in Form von Stationenlernen (um unterschiedliche Lernwege und/oder -zeiten zu ermöglichen), Lerntheken, Einsatz von Hilfekarten, differenzierter Gruppenarbeit und ziel- und methodendifferenzierter Partnerarbeit.

Selbststeuerung

- Unsere Schülerinnen und Schüler werden zunehmend in Entscheidungen und die Gestaltung ihrer Lernprozesse eingebunden. Sie sollen ihre konkreten (Teil-) Lernziele sowie individuell sinnvolle Lernwege und Lernzeiten angemessen mitbestimmen und nutzen.

¹ nach Jan-Hendrik Olbertz, Erziehungswissenschaftler und Präsident der Humboldt-Universität Berlin; Beitrag in der FAZ vom 14.05.2009

- Wir vermitteln unseren Schülerinnen und Schülern geeignete Lernstrategien, die sie im Wissen um ihre eigenen Stärken systematisch für ihr Lernen nutzen und weiterentwickeln.
- Wir entwickeln gemeinsam Kriterien und bieten geeignete Diagnoseinstrumente, damit unsere Schülerinnen und Schüler ihren Lernstand und ihren Lernerfolg selbständig erkennen können.

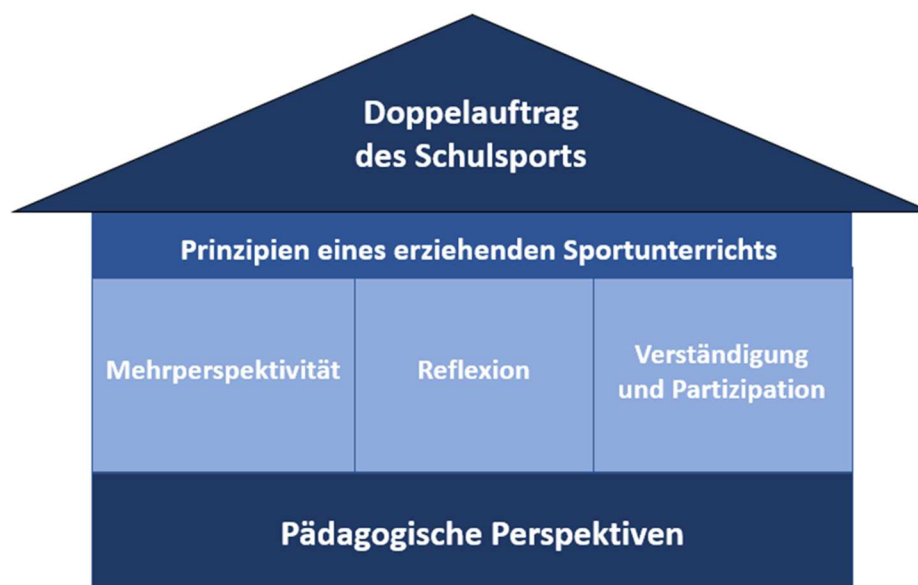
Problemorientierung

- Unser Sportunterricht ist geprägt von der Auseinandersetzung unserer Schülerinnen und Schüler mit sinnhaften und herausfordernden Problem- oder Fragestellungen, deren Ausgangspunkt sich an der Lebenswelt der Schülerinnen und Schüler orientiert.
- Die damit verbundenen sportlichen Anforderungen sind möglichst passgenau und sachgerecht, d.h. sie sind überschaubar und bewältigbar, stellen aber dennoch eine Herausforderung dar.
- Der Aufforderungscharakter der Aufgabe motiviert die Schülerinnen und Schüler oder macht sie neugierig, weil sie darin Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer eigenen Bewegungspraxis erkennen können.

Sportunterricht hat das Ziel, eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport systematisch zu entwickeln und zu fördern. Die vor diesem Hintergrund im Kernlehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen stellen die beobachtbaren fachlichen Anforderungen und überprüfbaren Lernergebnisse dar, die im Sportunterricht unserer Schule vollständig und umfassend angebahnt und entwickelt werden.

Pädagogisch leitend ist für die Fachkonferenz der in den Rahmenvorgaben für den Schulsport formulierte **Doppelauftrag für den Schulsport**: Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Auf Basis der pädagogischen Perspektiven folgen wir somit den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts.



Mehrperspektivität

Unter den sechs Pädagogischen Perspektiven thematisieren wir in unserem Sportunterricht unterschiedliche Sinngewandlungen sportlicher Aktivitäten.

Wir bieten unseren Schülerinnen und Schülern in unserem Sportunterricht vielfältige Möglichkeiten, ...

- unterschiedliche Sinngewandlungen im sportlichen Handeln über die Pädagogischen Perspektiven zu erleben, damit sie unterschiedliche Zugänge zu sportlichem Handeln reflektieren und auch mögliche Ambivalenzen erkennen und deuten können,
- unterschiedliche oder auch konkurrierende Blickrichtungen auf ein und denselben Sportbereich (z.B. Inhaltsfeld Gesundheit und/oder Leistung im Bereich Ausdauer) zu erleben, damit sie erfahren und reflektieren können, wie das Erleben von Bewegung, Spiel und Sport durch unterschiedliche Sinngewandlungen und Zielsetzungen verändert werden kann,
- die in sportlichen Tätigkeiten liegenden Ambivalenzen (z.B. Körperbilder, Fitnessideale) zu thematisieren, damit mögliche Widersprüchlichkeiten zwischen der Sinn-Suche der Heranwachsenden und der Zielvorstellung der Lehrerinnen und Lehrer, zwischen Gegenwartserfüllung und Zukunftsorientierung reflektiert und bewusst werden können und
- Bewegungsfreude im sportlichen Handeln zu erfahren, damit sportliche Aktivität vielfältig positiv erlebt und sinnerfülltes Sporttreiben als Möglichkeit zur Steigerung der eigenen Lebensqualität und des eigenen Wohlbefindens – auch über die Schulzeit hinaus – nachhaltig angebahnt werden kann.

Reflexion

Unser Sportunterricht strebt einen **möglichst hohen Anteil aktiver Bewegungslernzeit** an. Dies impliziert zahlreiche und vielfältige Situationen, ...

- Bewegungserleben zu reflektieren, damit Bewegungserfahrungen – im Sinne reflektierter Praxis – ausgetauscht, bewusst gemacht und systematisch aufgearbeitet werden können,
- sowohl retrospektiv – nachdenkend auf sportliches Handeln zurückzuschauend – als auch prospektiv – vordenkend sportliches Handeln entwerfend – oder auch introspektiv – mitdenkend eine aktuell erlebte Praxis aufmerksam bewusst machend – damit das „Reflektieren“ und das „Praktizieren“ stets eng miteinander verbunden sind,
- fachliche Kenntnisse und Zusammenhänge im konkret erlebten Bewegungshandeln zu entdecken, dorthin wieder zurückzuführen und für die eigene Bewegungspraxis zu nutzen, damit die sportliche Handlungsfähigkeit systematisch und gezielt entwickelt werden kann und
- im konkret erlebten sportlichen Handeln entstandene Lernanlässe oder Frage- und Problemstellungen zu thematisieren, damit Schülerinnen und Schüler die erfahrene Sportwirklichkeit deuten können und auch erkennen, dass die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur veränderbar ist, d. h. auch grundsätzlich anders sein und anders gestaltet werden kann.

Partizipation und Verständigung

Grundlegend für unseren Sportunterricht ist die umfassende und gleichberechtigte Teilhabe aller Schülerinnen und Schüler unserer Schule.

Dabei ist uns sehr wichtig, dass ...

- wir ausgehend von den vielfältigen, individuellen Dispositionen und Vorerfahrungen, unterschiedliche und differenzierte Bewegungs- und Lernangebote für alle Schülerinnen und Schüler gestalten, damit sowohl sportlich leistungsstärkere als auch leistungsschwächere, bewegungsfreudige als auch eher bewegungsunwillige Schülerinnen und Schüler gemäß ihrer individuellen Potentiale gefördert werden können,
- wir die Vorgaben des Lehrplans und unsere Leistungserwartungen mit den Vorstellungen und Erwartungen unserer Schülerinnen und Schüler im Rahmen unseres Gestaltungsspielraumes transparent zusammenführen, damit Unterricht zielorientiert geplant und gemeinschaftlich inszeniert werden kann und
- wir Anforderungen und Aufgabenstellungen mit kooperativen Arbeitsformen verbinden, damit Schülerinnen und Schüler viel Raum zum selbstständigen und selbstgesteuerten Arbeiten finden können.

Die Fachkonferenz Sport hat sich im Sinne der Qualitätsentwicklung und -sicherung dazu entschieden, gemeinsam erarbeitete grundlegende Vorschläge zu den didaktischen und methodischen Entscheidungen sowie die Vereinbarungen zur Leistungsbewertung zu jedem Unterrichtsvorhaben auf den Rückseiten der UV-Karten darzustellen.

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Fachkonferenz hat im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen: Unsere Fachkonferenz Sport vereinbart ihr **Konzept zur Leistungsbewertung** auf der Grundlage des Schulgesetzes (§ 48 SchulG NRW), der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I (§ 6 APO-S I) sowie der Angaben in Kapitel 3 zur Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung des Kernlehrplans Sport für die Sekundarstufe I und konkretisiert Anforderungen und Kriterien in den gemeinsam geplanten Unterrichtsvorhaben (UV) der einzelnen Jahrgangsstufen. Damit schaffen wir innerhalb der gegebenen Freiräume sowohl eine Transparenz der Bewertung wie auch eine Vergleichbarkeit der Anforderungen.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich am spezifischen Lernvermögen unserer Schülerinnen und Schüler und an den im Lehrplan ausgewiesenen Kompetenzerwartungen mit den jeweils beschriebenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens (UV-Kartenvorderseite). Neben den punktuellen Leistungen am Ende eines UVs berücksichtigen wir insbesondere auch die unterrichtsbegleitenden Prozesse und die dort gezeigten Leistungen (UV-Kartenrückseite).

Unser Leistungskonzept ist einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet und berücksichtigt das individuelle Leistungsvermögen und den individuellen Lernfortschritt angemessen. Wir begleiten Schülerinnen und Schüler jederzeit mit individuellem Feedback hinsichtlich ihres Leistungsstandes und entwickeln gemeinsam allgemeine und fachmethodische Lernstrategien.

Zu Beginn des Schuljahres machen wir unsere Schülerinnen und Schüler mit den Leistungsanforderungen des Sportunterrichts in der jeweiligen Jahrgangsstufe vertraut. Jede Sportlehrkraft schafft Transparenz, indem sie einen Überblick über die anstehenden Unterrichtsvorhaben gibt. In diesem Kontext legt sie auch die mit den einzelnen UV verknüpften Anforderungen sowie die allgemeinen Grundsätze der Leistungsbewertung offen.

Die Mitglieder der Fachkonferenz Sport verpflichten sich dementsprechend,

- die hier dargelegten Prinzipien der Leistungsbewertung umzusetzen,
- den Schülerinnen und Schülern die Kriterien zur Leistungsbewertung in jedem Unterrichtsvorhaben transparent zu machen und
- die individuelle Lernentwicklung unter Beachtung fachmethodischer Lernstrategien zu berücksichtigen.

I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:

Die von Schülerinnen und Schülern erbrachten Leistungen im Fach Sport der Sekundarstufe I werden dem Beurteilungsbereich „*Sonstige Leistungen im Unterricht*“ zugeordnet. Dabei handelt es sich im Einzelnen um sportpraktisches Handeln sowie mündliche und schriftliche Beiträge, die hinsichtlich ihrer Qualität, Quantität und Kontinuität erfasst und beurteilt werden.

Die Leistungsbewertung bezieht sich sowohl in der Erprobungsstufe wie auch im weiteren Verlauf der Sekundarstufe I jeweils auf **alle** Bewegungsfelder und Sportbereiche. Dabei weist die Partitur unserer Schule die Verteilung der Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen aus. Die Länge der einzelnen UV ist abhängig von der Anzahl und Komplexität der einzelnen Kompetenzerwartungen, was wiederum die Gewichtung der einzelnen UV im Gesamtkontext der Leistungsbeurteilung beeinflusst.

Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I ist dem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Grundlage und Ausgangspunkt für die Entfaltung der Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz.

- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** (BWK) beziehen sich auf psycho-physische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive sowie ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten in den verschiedenen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Sachkompetenz** (SK) umfassen das Einbringen grundlegenden Wissens in den Bereichen Bewegung, Spiel und Sport. Von

zentraler Bedeutung für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist es, über Sachkenntnisse aus den unterschiedlichen Sinnggebungsbereichen des Sports zu verfügen und dieses Wissen situationsangemessen anwenden zu können.

- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Methodenkompetenz** (MK) beziehen sich auf methodisch-strategische wie auch sozial-kommunikative Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens allein und in der Gruppe. Es geht insbesondere darum, sich systematisch mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinanderzusetzen und zunehmend eigenverantwortlich angemessene Lösungswege sowie Handlungspläne zu entwerfen.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Urteilskompetenz** (UK) sind eng verknüpft mit Leistungen in allen anderen Kompetenzbereichen. Sie umfassen eine kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, wobei das kriteriengeleitete Beurteilen im Mittelpunkt steht.

Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden vor dem Hintergrund des thematischen Zusammenhangs für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt:

- Die selbstständige Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen spielt im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich berücksichtigen das sichere und umsichtige Herrichten von Spielflächen, den verantwortungsvollen Umgang mit Geräten, das Übernehmen von Aufgaben sowie auch die eigenständige Vorbereitung auf den Unterricht.
- Die individuelle Anstrengungsbereitschaft ist wichtig. Im Wesentlichen bezieht sie sich auf die Bereitschaft, im Unterricht engagiert und motiviert mitzuarbeiten sowie auch in Arbeits- und Übungsphasen intensiv, konzentriert und beständig mit den geforderten Aufgabenstellungen auseinanderzusetzen. Gelegentlich (z.B. beim ausdauernden Laufen) bedeutet Anstrengungsbereitschaft aber auch, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um langfristig erfolgreich mitarbeiten zu können.
- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit zeigen sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben im fairen Umgang miteinander, in der Bereitschaft eigene, auch berechnigte, Interessen zurückzustellen sowie in allen Gruppen und Mannschaften konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen. Diese beinhaltet auch das Vereinbaren und Einhalten von Regeln und das Verteilen und Einnehmen von Rollen.

II. Formen der Leistungsüberprüfung

In unserem Leistungskonzept ist eine Vielfalt von Möglichkeiten zur Leistungsüberprüfung vorgesehen. Alle Formen der Leistungsbewertung im Sportunterricht bieten zum einen den Schülerinnen und Schülern differenzierte individuelle Rückmeldungen über das Erreichen von Zielsetzungen und ermöglichen zum anderen den Lehrkräften, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten.

Unsere Fachschaft Sport vereinbart verbindliche Formen der Leistungsbewertung. Dabei beziehen sich die Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) auf alle **vier Kompetenzbereiche** gemäß dem Kernlehrplan Sport der Sekundarstufe I.

Die Lernerfolgsüberprüfungen (prozess- und produktbezogen) beziehen sich sowohl auf das **sportpraktische Handeln** in Form von

- qualitativ bewertbaren sportpraktischen Bewegungshandlungen (z.B. Aufwärmen, Spielhandlungen, Turniere, Demonstration taktisch-kognitiver Fähigkeiten und technisch-koordinativer Fertigkeiten),
- qualitativ bewertbaren sportbezogenen Darstellungsleistungen (z.B. Präsentationen, Choreografien) und
- sportmotorischen Testverfahren zur Überprüfung quantitativ messbarer Leistungen (z.B. Fitness- und Ausdauer-tests)

als auch auf **weitere Beiträge im Unterricht** und hier besonders auf

- Beiträge zum Unterricht **in der reflektierten Praxis** (u.a. Qualität der Beiträge, Kontinuität der Beiträge, sachliche Richtigkeit, angemessene Verwendung der Fachsprache, Darstellungskompetenz, Komplexität/Grad der Abstraktion, Differenziertheit der Reflexion),
- zielgerichtetes und kooperatives Handeln in Übungs- und Spielsituationen,
- Formen des selbstständigen und eigenverantwortlichen Arbeitens

und schließlich in einzelnen UV auf **Beiträge** in Form von

- Lern- und Trainingstagebüchern, Portfolios (z.B. Dokumentation des eigenen Trainings),
- Visualisierungen sportfachlicher Überlegungen und Erkenntnisse (z.B. Tafelbilder),
- Referaten und
- Hausaufgaben, schriftlichen Übungen und Protokolle.

Welche Formen der Leistungsbewertung in den einzelnen Unterrichtsvorhaben besonders relevant werden, ist durch die Aussagen zur Leistungsbewertung auf den Rückseiten der UV-Karten festgelegt.

Zu den konkret ausgearbeiteten UV finden sich im Anhang dieses Lehrplans schulinterne Tabellen zur absoluten Leistungsbewertung von Teilleistungen auf konkretisiertem Niveau. Die Fachschaft Sport unserer Schule nimmt sich vor, die Konkretisierung der einzelnen UV im Verlaufe der nächsten Schuljahre immer weiter fortzuführen bzw. nach einer Evaluation jeweils jahrgangsstufenbezogen zu optimieren.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport – wie z. B. die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer, zu Schülermentorinnen und -mentoren werden verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden.

2.4 Lehr- und Lernmittel

Im Zuge einer Bildung für die zunehmend digitalisierte Welt leistet das Fach Sport im Sinne des Medienkompetenzrahmens durch den verbindlichen Einsatz von iPads im Unterricht einen wichtigen Beitrag.

Vorab installierte Apps wie z.B.:

- Hudl Technique
- Taktikboard
- Video Instant Delay
- Biparcours
- Turnlehrer

bilden dabei den Ausgangspunkt für die laut KLP anzustrebenden Kompetenzen im Kontext von Digitalität im Sportunterricht.

Darüber hinaus werden für die Erstellung von Referaten und Hausarbeiten weitere Materialien (Fach- und Schulbücher, Zeitschriften) in der [Norbert-Bibliothek](#) bereitgestellt. Zudem finden sich in den jeweiligen Sportstätten Medien zur Unterstützung des Lernprozesses, wie z.B. Musikboxen in jeder Halle, 6 Android Tablets und ein Fernseher in der großen Sporthalle.

Die Sportstätten des Norbert-Gymnasiums sind grundsätzlich auch gut mit analogen Medien (Whiteboards) und einer Vielzahl an Sportgeräten ausgestattet.

3. Entscheidungen zu fach- oder unterrichtsübergreifenden Fragen

Das Fach Sport ist ein Unterrichtsfach, das auf Grund seiner ihm eigenen Struktur der Sachinhalte zahlreiche Fachbereiche berücksichtigt: Sportpsychologie, Sportpädagogik, Sportbiologie, Sportsoziologie u.v.m.

Um die Dimension der Verbindung verschiedener Fachbereiche bewusst zu machen, verpflichtet sich die Fachkonferenz zu einer engen Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie, z.B. im Differenzierungsfach Sport/Biologie.

Darüber hinaus weisen die UV Karten fachübergreifende/fächerverbindende Aspekte sowie Vernetzungen zum Europacurriculum aus.

In der Jahrgangsstufe 8 bietet die Schul-Skifahrt zahlreiche fächerübergreifende Lernanlässe, die sowohl vor- als auch nachbereitend u.a. ökologische und ökonomische Aspekte beinhalten.

4. Qualitätssicherung und Evaluation

Der schulinterne Lehrplan ist als „dynamisches Dokument“ zu sehen. Dementsprechend sind die dort getroffenen Absprachen stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachschaft trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

Maßnahmen der fachlichen Qualitätssicherung:

Das Fachkollegium überprüft kontinuierlich, inwieweit die im schulinternen Lehrplan vereinbarten Maßnahmen zum Erreichen der im Kernlehrplan vorgegebenen Ziele geeignet sind. Dazu dienen beispielsweise auch der regelmäßige Austausch sowie die gemeinsame Konzeption von Unterrichtsmaterialien, welche so mehrfach erprobt und bezüglich ihrer Wirksamkeit beurteilt werden.

Kolleginnen und Kollegen der Fachschaft (ggf. auch die gesamte Fachschaft) nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil, um fachliches Wissen zu aktualisieren und pädagogische sowie didaktische Handlungsalternativen zu entwickeln. Zudem werden die Erkenntnisse und Materialien aus fachdidaktischen Fortbildungen und Implementationen zeitnah in der Fachgruppe vorgestellt und für alle verfügbar gemacht.

Feedback von Schülerinnen und Schülern wird als wichtige Informationsquelle zur Qualitätsentwicklung des Unterrichts angesehen. Sie sollen deshalb Gelegenheit bekommen, die Qualität des Unterrichts zu evaluieren.

Überarbeitungs- und Planungsprozess:

Die Fachkonferenz evaluiert regelmäßig ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Dazu überprüft sie, inwiefern die Aufgaben der Schule im Zusammenhang mit dem Sport stehen. Sie schreibt jeweils zu Beginn des Schuljahres ihren Arbeitsplan fort.

Die Fachkonferenz evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor. Die Umsetzung der einzelnen konkretisierten Unterrichtsvorhaben wird dazu jeweils zum Ende des Schuljahres von den jeweiligen Fachlehrkräften auf der Grundlage der Jahresplanung (Partitur) hinsichtlich der Qualität und Durchführbarkeit jahrgangstufenbezogen ausgewertet. In diesem Kontext werden auch die Notentabellen und Formen der Leistungsbewertung kritisch in den Blick genommen. Die Fachkonferenz trifft Vereinbarungen über Transparenz und Offenlegung über alle den Schulsport betreffenden Aspekte (Implementationsmaterialien, Rechtliche Aspekte etc.) und vereinbart eine regelmäßige Aktualisierung.

Die Ergebnisse dienen der/dem Fachvorsitzenden zur Rückmeldung an die Schulleitung und u.a. an den/die Fortbildungsbeauftragte, außerdem sollen wesentliche Tagesordnungspunkte und Beschlussvorlagen der Fachkonferenz daraus abgeleitet werden.

5. Anlagen – Partitur (SI gesamt) Stufe 5 – 8 verabschiedet - Stufe 9 – 10 geplant

	5		6	7	8	9	10	
1	BF 1.1 "Ausdauer macht Spaß" (12 Std.)	Freiraum (8 Std.)	BF 9.1 "Allein und in Gruppen regelgerecht um Räume und Gegenstände kämpfen" (12 Std.) Freiraum (3 Std.)	BF 3.4 "Crosslauf? Lläuft bei uns!" (15 Std.)	BF 7.4 "Das Spiel übers Netz" (15 Std.)	BF 3.6 "Relativ hoch springen" (15 Std.)	BF 1.3 "Auf dem Weg zu meiner ersten Laufveranstaltung" (10 Std.)	
2								
3								
4								
5								
6	Fahrtenwoche - Freiraum (4 Std.)		Fahrtenwoche - Freiraum (4 Std.)	Fahrtenwoche - Freiraum (3 Std.)		Freiraum (3 Std.)	Freiraum (2 Std.)	
7	BF 4.1 "Gleiten, Tauchen, orientieren" (12 Std.)	BF 2.1 "Spielen lernen durch Spielen" (16 Std.)	Freiraum (3 Std.)	BF 2.4 "Life Kinetik: Wenn das Gehirn joggen geht" (12 Std.)	BF 6.3 "So sieht das aus?! BallKoRobics" (15 Std.)	BF 7.6 "Alles unter einem Dach: Regeln, Techniken und Taktiken - Streetball" (15 Std.)	BF 6.5 "Let's dance! - Hip Hop" (12 Std.)	
8			BF 8.1. "Gleiten auf dem Eis" (6 Std.)					
9			BF 5.2 "Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch?" (18 Std.)					
10			BF 4.3 "Schön schnell schwimmen?!" (18 Std.)					
11			BF 9. "Mit und gegeneinander kämpfen" (15 Std.)					
12	BF 4.2. "In der Rücken- und Bauchlage schwimmen" (20 Std.)	BF 5.1 "Spannungsgeladene Ninja Warriors" (16 Std.)	BF 7.2 "Erste Schritte im Basketball" (18 Std.)	Freiraum (12 Std.)	BF 9. "Mit und gegeneinander kämpfen" (15 Std.)	BF 1.3 "Das Fitnessstudio in der Turnhalle" (15 Std.)	BF 7.8 "Den Gegner laufen lassen - Badminton" (14 Std.)	
13				Freiraum (12 Std.)				
14				Freiraum (12 Std.)				
15				Freiraum (6 Std.)				
16				Freiraum (12 Std.)				
17	BF 2.2 "Spielen fürs Köpfchen" (4 Std.)	BF 7.1 "An die Bälle, fertig, los!" (20 Std.)	BF 7.2 "Erste Schritte im Basketball" (18 Std.)	BF 5.3 "Wie im Zirkus - Akrobatik" (18 Std.)	BF 8.2 "Abfahrt" (17 Std.)	BF 5.4 "Le Parcour" (18 Std.)	BF 5.5 "Turnen an den Ringen ist fast wie Fliegen" (12 Std.)	
18								Freiraum (9 Std.)
19								Freiraum (9 Std.)
20								Freiraum (4 Std.)
21								BF 6.1 "An die Seilchen, fertig, los" (12 Std.)
22	BF 3.1 "Laufen, Springen, Werfen" (20 Std.)	BF 7.1 "An die Bälle, fertig, los!" (20 Std.)	BF 6.1 "An die Seilchen, fertig, los" (12 Std.)	BF 6.2 "Manege frei" - Zirkusprojekt" (12 Std.)	BF 4.4 "Sich selbst und andere retten" (16 Std.)	BF 2.5 "Trendsport Indiaca" (12 Std.)	Freiraum (16 Std.) Empfehlung: BF 7 Fußball/Handball	
23								BF 6.2 "Coole Moves im Step Aerobic zu aktuellen Hits" (9 Std.)
24								BF 3.2 "Höher, schneller, weiter" (15 Std.)
25								BF 7.3 "Be like Dirk - Basketball II" (15 Std.)
26								BF 7.5 "Hockey - eine Teamsportart für alle" (15 Std.)
27	Freiraum (24 Std.)	BF 7.1 "An die Bälle, fertig, los!" (20 Std.)	BF 3.2 "Höher, schneller, weiter" (15 Std.)	BF 7.3 "Be like Dirk - Basketball II" (15 Std.)	BF 7.5 "Hockey - eine Teamsportart für alle" (15 Std.)	BF 7.7 "Ready, set, GO! - Flag-Football" (15 Std.)	BF 3.7 "Keine Hürde zu hoch, kein Abstand zu weit" (12 Std.)	
28								Freiraum (15 Std.)
29								Freiraum (15 Std.)
30								Freiraum (15 Std.)
31								Freiraum (9 Std.)
32	4	3	3	3	3	3	2	
33								
34								
35								
36								
37	160 Std / Freiraum 40 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	120 Std / Freiraum 30 Std	80 Std / Freiraum 20 Std	
38								
39								
40								
Wochenstunden								
Std / Freiraum								

Leistungstabelle Schwimmen und Leichtathletik (Klasse 5 – 7)

Klasse 5	50-m	50-m	50-m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken	50m	75m	100m	800m	1000m	6-Min.	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
11 Jahre J	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	sprung	sprung	ball	wurf	3kg	
5	01:28,0	01:28,0	01:17,0	00:44,0		03:08,0	03:08,0	02:46,0	06:53,6	10,00	11,2			05:08,0	06:25,0	708m	2,00	0,80	10,0	7,0		
4	01:16,0	01:16,0	01:05,0	00:40,0		02:44,0	02:44,0	02:22,0	06:00,8	13,00	10,5			04:44,0	05:55,0	864m	2,30	0,85	16,0	12,0		
3	01:08,0	01:08,0	00:57,0	00:36,0		02:28,0	02:28,0	02:06,0	05:25,6	16,00	9,6			04:20,0	05:25,0	1000m	2,70	0,90	22,0	18,0		
2	01:02,0	01:02,0	00:51,0	00:32,0		02:16,0	02:16,0	01:54,0	04:59,2	19,00	8,9			03:56,0	04:45,0	1110m	3,10	1,00	29,0	26,0		
1	00:58,0	00:58,0	00:47,0	00:28,0		02:08,0	02:08,0	01:46,0	04:41,6	22,00	8,3			03:36,0	04:30,0	1249m	3,50	1,10	36,0	33,0		
Klasse 5	50-m	50-m	50-m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken	50m	75m	100m	800m	1000m	6-Min.	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
11 Jahre M	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	sprung	sprung	ball	wurf	3 kg	
5	01:28,0	01:28,0	01:17,0	00:44,0		03:08,0	03:08,0	02:46,0	06:53,6	10,00	11,8			05:20,0	06:40,0	678m	2,00	0,75	8,0	5,0		
4	01:16,0	01:16,0	01:05,0	00:40,0		02:44,0	02:44,0	02:22,0	06:00,8	13,00	10,8			05:00,0	06:00,0	802m	2,30	0,80	10,0	7,0		
3	01:08,0	01:08,0	00:57,0	00:36,0		02:28,0	02:28,0	02:06,0	05:25,6	16,00	10,0			04:40,0	05:30,0	879m	2,70	0,85	14,0	11,0		
2	01:02,0	01:02,0	00:51,0	00:32,0		02:16,0	02:16,0	01:54,0	04:59,2	19,00	9,1			04:20,0	04:50,0	1015m	3,10	0,95	20,0	17,0		
1	00:58,0	00:58,0	00:47,0	00:28,0		02:08,0	02:08,0	01:46,0	04:41,6	22,00	8,6			03:56,0	04:30,0	1160m	3,50	1,05	26,0	21,0		
Klasse 6	50m	50m	50m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken	50m	75m	100m	800m	1000m	6-Min.	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
12 Jahre J	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	sprung	sprung	ball	wurf	3kg	
5	01:24,0	01:24,0	01:10,0	00:42,0		03:00,0	03:00,0	02:28,0	06:36,0	11,00	10,9	14,8		04:56,0	06:10,0	764m	2,20	0,85	15,0	10,0		
4	01:12,0	01:12,0	01:00,0	00:38,0		02:36,0	02:36,0	02:12,0	05:43,2	14,00	10,1	13,8		04:32,0	05:40,0	878m	2,50	0,90	20,0	16,0		
3	01:04,0	01:04,0	00:52,0	00:34,0		02:20,0	02:20,0	01:56,0	05:08,0	17,00	9,3	12,7		04:08,0	05:10,0	1083m	3,00	0,95	27,0	23,0		
2	00:58,0	00:58,0	00:46,0	00:30,0		02:08,0	02:08,0	01:44,0	04:41,6	20,00	8,6	12,3		03:44,0	04:40,0	1180m	3,40	1,05	33,0	30,0		
1	00:54,0	00:54,0	00:42,0	00:26,0		02:00,0	02:00,0	01:36,0	04:24,0	23,00	8,1	11,8		03:24,0	04:15,0	1260m	3,70	1,15	40,0	37,0		
Klasse 6	50m	50m	50m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken	50m	75m	100m	800m	1000m	6-Min.	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
12 Jahre M	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	sprung	sprung	ball	wurf	3 kg	
5	01:24,0	01:24,0	01:10,0	00:42,0		03:00,0	03:00,0	02:28,0	06:36,0	11,00	11,0	15,1		05:12	06:30,0	639m	2,20	0,80	10,0	7,0		
4	01:12,0	01:12,0	01:00,0	00:38,0		02:36,0	02:36,0	02:12,0	05:43,2	14,00	10,2	14,0		04:52	06:05,0	805m	2,40	0,85	14,0	9,0		
3	01:04,0	01:04,0	00:52,0	00:34,0		02:20,0	02:20,0	01:56,0	05:08,0	17,00	9,5	13,3		04:32	05:40,0	940m	2,80	0,90	18,0	13,0		
2	00:58,0	00:58,0	00:46,0	00:30,0		02:08,0	02:08,0	01:44,0	04:41,6	20,00	8,8	12,6		04:00	05:15,0	1060m	3,20	1,00	24,0	19,0		
1	00:54,0	00:54,0	00:42,0	00:26,0		02:00,0	02:00,0	01:36,0	04:24,0	23,00	8,3	12,1		03:48	04:45,0	1180m	3,60	1,10	29,0	24,0		
Klasse 7	50-m	50-m	50-m	25m	50-m	100m	100m	100m	200m	Strecken	75m	100m	800m	1000m	6-Min.	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel		
13 Jahre J	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	sprung	sprung	ball	wurf	4kg		
5	01:20,0	01:20,0	01:08,0	00:40,0		02:52,0	02:52,0	02:28,0	06:18,4	12,00		14,4	18,5	04:48,0	06:00,0	700m	2,40	0,90	18,0	13,0		
4	01:08,0	01:08,0	00:57,0	00:36,0		02:28,0	02:28,0	02:06,0	05:25,6	15,00		13,4	17,5	04:24,0	05:30,0	940m	2,80	0,95	24,0	20,0		
3	01:00,0	01:00,0	00:49,0	00:32,0		02:12,0	02:12,0	01:50,0	04:50,4	18,00		12,5	16,4	04:00,0	05:00,0	1070m	3,30	1,05	30,0	26,0		
2	00:54,0	00:54,0	00:43,0	00:28,0		02:00,0	02:00,0	01:38,0	04:24,0	21,00		12,0	15,5	03:36,0	04:30,0	1160m	3,70	1,10	38,0	33,0		
1	00:50,0	00:50,0	00:39,0	00:24,0		01:52,0	01:52,0	01:30,0	04:06,4	24,00		11,4	14,7	03:16,0	04:05,0	1270m	4,10	1,20	45,0	40,0		
Klasse 7	50-m	50-m	50-m	25m	50-m	100m	100m	100m	200m	Strecken	75m	100m	800m	1000m	6-Min.	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel		
13 Jahre M	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	sprung	sprung	ball	wurf	3 kg		
5	01:22,0	01:22,0	01:09,0	00:41,0		02:56,0	02:56,0	02:30,0	06:27,2	12,00		14,9	19,0	05:04	06:20,0	690m	2,30	0,85	13,0	8,0	4,00	
4	01:10,0	01:10,0	00:59,0	00:37,0		02:32,0	02:32,0	02:10,0	05:34,4	15,00		13,9	18,0	04:44	05:55,0	860m	2,50	0,90	15,0	10,0	4,40	
3	01:02,0	01:02,0	00:51,0	00:33,0		02:16,0	02:16,0	01:54,0	04:59,2	18,00		13,0	17,0	04:24	05:30,0	980m	3,00	1,00	19,0	14,0	4,70	
2	00:56,0	00:56,0	00:45,0	00:29,0		02:04,0	02:04,0	01:42,0	04:32,8	21,00		12,4	16,0	04:04	05:05,0	1090m	3,40	1,05	26,0	20,0	5,50	
1	00:52,0	00:52,0	00:41,0	00:25,0		01:56,0	01:56,0	01:34,0	04:15,2	24,00		11,8	15,4	03:40	04:35,0	1200m	3,70	1,15	32,0	26,0	6,20	
Stand: Januar 2017																						

Leistungstabelle Schwimmen und Leichtathletik (Klasse 8 – 10)

Klasse 8	50-m	50-m	50-m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken-	50m	75m	100m	800m	1000m	1500m	Cooper	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
14 Jahre J	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Test	sprung	sprung	ball	wurf	4kg	
5	01:18,0	01:18,0	08:00,0		01:18,0	02:42,0	02:42,0	02:26,0	05:56,4	13,00		14,0	17,9	04:36,0	05:45,0		#####	2,60	0,95			15,0	4,00
4	01:06,0	01:06,0	00:57,0		01:06,0	02:18,0	02:18,0	02:02,0	05:03,6	16,00		13,0	16,9	04:12,0	05:15,0		#####	3,00	1,00			22,0	4,80
3	00:58,0	00:58,0	00:49,0		00:58,0	02:02,0	02:02,0	01:46,0	04:28,4	19,00		12,1	15,8	03:48,0	04:45,0		#####	3,70	1,10			30,0	6,30
2	00:52,0	00:52,0	00:43,0		00:52,0	01:50,0	01:50,0	01:34,0	04:02,0	22,00		11,6	15,0	03:24,0	04:15,0		#####	4,00	1,20			36,0	7,50
1	00:48,0	00:48,0	00:39,0		00:48,0	01:42,0	01:42,0	01:26,0	03:44,4	25,00		11,0	14,2	03:04,0	03:50,0		#####	4,30	1,30			42,0	8,50
Klasse 8	50-m	50-m	50-m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken-	50m	75m	100m	800m	1000m	1500m	Cooper	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
14 Jahre M	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Test	sprung	sprung	ball	wurf	3 kg	
5	01:21,0	01:21,0	01:08,0		01:22,0	02:50,0	02:50,0	02:28,0	06:14,0	13,00		14,6	18,6	04:56,0	06:10,0		#####	2,40	0,90			10,0	4,20
4	01:09,0	01:09,0	00:58,0		01:10,0	02:28,0	02:28,0	02:08,0	05:25,6	16,00		13,6	17,5	04:36,0	05:45,0		#####	2,70	0,95			14,0	4,60
3	01:01,0	01:01,0	00:50,0		01:02,0	02:12,0	02:12,0	01:52,0	04:50,4	19,00		12,8	16,4	04:16,0	05:20,0		#####	3,20	1,05			18,0	5,00
2	00:55,0	00:55,0	00:44,0		00:56,0	02:00,0	02:00,0	01:40,0	04:24,0	22,00		12,2	15,8	03:56,0	04:55,0		#####	3,60	1,15			24,0	5,80
1	00:51,0	00:51,0	00:40,0		00:52,0	01:52,0	01:52,0	01:32,0	04:06,4	25,00		11,6	15,3	03:32,0	04:25,0		#####	3,80	1,20			29,0	6,60
Klasse 9	50m	50m	50m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken-	50m	75m	100m	800m	1000m	1500m	Cooper	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
15 Jahre J	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Test	sprung	sprung	ball	wurf	4kg	
5	01:15,0	01:15,0	01:06,0		01:16,0	02:42,0	02:42,0	02:24,0	05:56,4	14,00		13,7	17,5	04:24,0	05:30,00	08:45,0	#####	2,80	1,00				5,00
4	01:03,0	01:03,0	00:54,0		01:04,0	02:18,0	02:18,0	02:00,0	05:03,6	17,00		12,7	16,4	04:00,0	05:00,0	08:10,0	#####	3,40	1,10				5,70
3	00:55,0	00:55,0	00:46,0		00:56,0	02:02,0	02:02,0	01:44,0	04:28,4	20,00		11,8	15,3	03:36,0	04:30,0	07:35,0	#####	4,00	1,20				6,75
2	00:49,0	00:49,0	00:40,0		00:49,0	01:50,0	01:50,0	01:32,0	04:02,0	23,00		11,2	14,5	03:12,0	04:00,0	07:00,0	#####	4,30	1,30				8,00
1	00:45,0	00:45,0	00:36,0		00:45,0	01:42,0	01:42,0	01:24,0	03:44,4	26,00		10,6	13,7	02:52,0	03:35,0	06:25,0	#####	4,60	1,40				9,00
Klasse 9	50m	50m	50m	25-m	50-m	100-m	100-m	100-m	200m	Strecken-	50m	75m	100m	800m	1000m	1500m	Cooper	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel	
15 Jahre M	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Test	sprung	sprung	ball	wurf	3 kg	
5	01:20,0	01:20,0	01:07,0		01:20,0	02:50,0	02:50,0	02:26,0	06:14,0	14,00		14,3	18,2	04:48,0	06:00,0	09:28,0	#####	2,50	0,95				4,40
4	01:08,0	01:08,0	00:57,0		01:08,0	02:28,0	02:28,0	02:06,0	05:25,6	17,00		13,3	17,1	04:28,0	05:35,0	08:54,5	#####	2,80	1,00				4,80
3	01:00,0	01:00,0	00:49,0		01:00,0	02:12,0	02:12,0	01:50,0	04:50,4	20,00		12,6	16,2	04:00,0	05:10,0	08:33,7	#####	3,30	1,10				5,50
2	00:54,0	00:54,0	00:43,0		00:54,0	02:00,0	02:00,0	01:38,0	04:24,0	23,00		12,0	15,5	03:40,0	04:45,0	07:46,7	#####	3,70	1,15				6,20
1	00:50,0	00:50,0	00:39,0		00:50,0	01:52,0	01:52,0	01:30,0	04:06,4	26,00		11,4	15,0	03:20,0	04:15,0	07:05,7	#####	3,90	1,25				7,20
Klasse 10	50-m	50-m	50-m	25m	50-m	100m	100m	100m	200m	Strecken-	75m	100m	800m	1000m	1500m	Cooper	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel		
16 Jahre J	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Test	sprung	sprung	ball	wurf	5kg	
5	01:14,0	01:14,0	01:05,0		01:14,0	02:40,0	02:40,0	02:22,0	05:52,0	15,00			17,0	04:12,0	05:15,0	08:25,0	#####	3,10	1,05				5,50
4	01:02,0	01:02,0	00:53,0		01:02,0	02:16,0	02:16,0	01:58,0	04:59,2	18,00			15,9	03:48,0	04:45,0	07:50,0	#####	3,70	1,15				6,00
3	00:54,0	00:54,0	00:45,0		00:54,0	02:00,0	02:00,0	01:42,0	04:24,0	21,00			14,6	03:24,0	04:15,0	07:15,0	#####	4,30	1,25				7,25
2	00:48,0	00:48,0	00:39,0		00:48,0	01:48,0	01:48,0	01:30,0	03:57,6	24,00			13,8	03:00,0	03:45,0	06:40,0	#####	4,60	1,40				8,25
1	00:44,0	00:44,0	00:35,0		00:44,0	01:40,0	01:40,0	01:22,0	03:40,0	27,00			13,2	02:40,0	03:20,0	06:05,0	#####	4,90	1,50				9,00
Klasse 10	50-m	50-m	50-m	25m	50-m	100m	100m	100m	200m	Strecken-	75m	100m	800m	1000m	1500m	Cooper	Weit-	Hoch-	Schlag-	Ball-	Kugel		
16 Jahre M	Brust	Rücken	Kraul	Delphin	Delphin	Brust	Rücken	Kraul	Brust	tauchen	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Lauf	Test	sprung	sprung	ball	wurf	3 kg	
5	01:19,0	01:19,0	01:06,0		01:18,0	02:48,0	02:48,0	02:24,0	06:09,6	15,00			18,0	04:40,0	05:50,0	09:17,2	#####	2,60	1,00				4,60
4	01:07,0	01:07,0	00:56,0		01:06,0	02:26,0	02:26,0	02:04,0	05:21,2	18,00			16,9	04:16,0	05:25,0	08:34,3	#####	2,90	1,05				5,00
3	00:59,0	00:59,0	00:48,0		00:58,0	02:10,0	02:10,0	01:48,0	04:46,0	21,00			16,0	03:52,0	05:00,0	08:01,3	#####	3,40	1,15				6,00
2	00:53,0	00:53,0	00:42,0		00:52,0	01:58,0	01:58,0	01:36,0	04:19,6	24,00			15,3	03:35,0	04:35,0	07:30,7	#####	3,80	1,20				7,00
1	00:49,0	00:49,0	00:38,0		00:48,0	01:50,0	01:50,0	01:28,0	04:02,0	27,00			14,8	03:08,0	04:05,0	06:45,6	#####	4,00	1,30				7,80

Stand: Januar 2017

Leistungstabelle Ausdauer (Cooper Test)

Jungen						
Notenspektrum			Altersklasseneinteilung			
	7	8	9	10	11	12
In 12 Minuten zurückgelegte Strecke in Metern:						
6	1.000	1.050	1.100	1.150	1.200	1.250
5	1.300	1.350	1.400	1.450	1.500	1.550
4	1.600	1.650	1.700	1.750	1.800	1.850
3	2.000	2.050	2.100	2.150	2.200	2.250
2	2.400	2.450	2.500	2.550	2.600	2.650
1	2.600	2.650	2.700	2.750	2.800	2.850

Mädchen jeweils 200 m weniger.						
Notenspektrum			Altersklasseneinteilung			
	7	8	9	10	11	12
In 12 Minuten zurückgelegte Strecke in Metern:						
6	800	850	900	950	1.000	1.050
5	1.100	1.150	1.200	1.250	1.300	1.350
4	1.400	1.450	1.500	1.550	1.600	1.650
3	1.800	1.850	1.900	1.950	2.000	2.050
2	2.200	2.250	2.300	2.350	2.400	2.450
1	2.400	2.450	2.500	2.550	2.600	2.650

Jungen						
Notenspektrum			Altersklasseneinteilung			
	7	8	9	10	11	12
In 6 Minuten zurückgelegte Strecke in Metern:						
6	500	525	550	575	600	625
5	650	675	700	725	750	775
4	800	825	850	875	900	925
3	1.000	1.025	1.050	1.075	1.100	1.125
2	1.200	1.225	1.250	1.275	1.300	1.325
1	1.300	1.325	1.350	1.375	1.400	1.425

Mädchen jeweils 100 m weniger.						
Notenspektrum			Altersklasseneinteilung			
	7	8	9	10	11	12
In 6 Minuten zurückgelegte Strecke in Metern:						
6	400	425	450	475	500	525
5	550	575	600	625	650	675
4	700	725	750	775	800	825
3	900	925	950	975	1.000	1.025
2	1.100	1.125	1.150	1.175	1.200	1.225
1	1.200	1.225	1.250	1.275	1.300	1.325