

# Sport

Lehrplan

Neunjähriges Gymnasium

Klassenstufe 9



2024

Bild: patpitchaya/stock.adobe.com

Ministerium für  
Bildung und Kultur

SAARLAND



## Vorwort

Schulischer Bildung kommt die Schlüsselaufgabe zu, Kinder und Jugendliche zu befähigen, ihre Persönlichkeit zu entfalten, Fertigkeiten und Kenntnisse zur Teilnahme am gesellschaftlichen Leben zu erwerben und sich in der modernen Gesellschaft zu orientieren. Bildung ist wesentliche Voraussetzung dafür, dass junge Menschen zukünftig ihr Leben und ihre Umwelt selbstbestimmt und in sozialer Verantwortung gestalten und somit an der Bewältigung der gesellschaftlichen, politischen, ökologischen sowie technologischen Herausforderungen der Zukunft mitwirken können.

Schule muss einerseits auf die tiefgreifenden Veränderungsprozesse der digitalen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Transformation reagieren und andererseits genügend Raum für individuelle Lern- und Bildungsprozesse ermöglichen. Vor diesem Hintergrund hat der Landtag des Saarlandes entschieden, die Gymnasien qualitativ weiterzuentwickeln und das neunjährige Gymnasium zum Schuljahr 2023/2024 einzuführen.

Mit einer deutlich erhöhten Gesamtstundenzahl bis zum Abitur sind die Voraussetzungen geschaffen, den digitalen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Herausforderungen im neunjährigen Bildungsgang angemessen zu begegnen und die Gymnasien zukunftsfähig zu gestalten. So gelingt auch eine moderne zeitliche Rhythmisierung des Schulalltags, die gleichzeitig mehr persönlichen Freiraum im Alltag zugesteht. Eigenständige Schulprofile mit unterschiedlichen Zweigen ermöglichen eine individuelle Schwerpunktsetzung entsprechend den Interessen und Neigungen der Schülerinnen und Schüler.

Als Grundlage des schulischen Unterrichtens und Lernens liegen modernisierte Lehrpläne vor, in welchen die Querschnittsthemen Medienbildung und Digitalität, Bildung für Nachhaltige Entwicklung, Demokratiebildung, Berufsorientierung sowie Sprachsensibler Fachunterricht jahrgangs- und fächerübergreifend eingebunden sind. Alle Lehrpläne folgen konsequent dem Grundsatz der Kompetenzorientierung und berücksichtigen die aktualisierten Bildungsstandards der Kultusministerkonferenz für die Sekundarstufe I. Im engen Austausch mit Expertinnen und Experten der saarländischen Hochschulen wurden die aktuellen Erkenntnisse der jeweiligen Fachdidaktiken für die Lehrpläne des neunjährigen Gymnasiums berücksichtigt.

Den besonderen Bedarfen der Orientierungsphase wird in einem gemeinsamen Lehrplan für die Klassenstufen 5 und 6 Rechnung getragen. Die Lehrpläne ab Klassenstufe 7 sind in der Regel als Einzeljahrgänge konzipiert. Dennoch haben die Schulen die Möglichkeit, einzelne Fächer epochal auch über Klassenstufen hinweg zu rhythmisieren.

Durch vernetzte Lehrpläne soll fächerübergreifendes, projektorientiertes Lernen ermöglicht werden, um den Unterricht selbstwirksam und anwendungsorientiert gestalten zu können. In der Differenzierung von verbindlichen und fakultativen Inhalten öffnet sich hinreichend Raum für exemplarisches Lernen und vertieftes Arbeiten; durch die integrierten Hinweise und Vorschläge zum fächerübergreifenden Arbeiten wird zum Erwerb von vernetztem Wissen und übergeordneten Kompetenzen motiviert.

Die modernisierten Lehrpläne des neunjährigen Gymnasiums legen so die Grundlage für die Weiterentwicklung der Unterrichts- und Schulkultur im neunjährigen Bildungsgang.

## Zum Umgang mit dem Lehrplan

### Leitbild des Faches Sport

*„Die Ausübung von Sport ist ein Menschenrecht. Jeder Mensch muss die Möglichkeit zur Ausübung von Sport ohne Diskriminierung jeglicher Art und im olympischen Geist haben; dies erfordert gegenseitiges Verstehen im Geist von Freundschaft, Solidarität und Fairplay.“*

(Deutsche Olympische Akademie (Hrsg.), Olympische Charta 2014, S. 7).

Der Sportunterricht an Gymnasien richtet sich nach diesem Leitsatz und leistet somit einen unverzichtbaren Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung und Persönlichkeitsstärkung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur (Doppelauftrag des Sportunterrichts). Dieses Selbstverständnis des Faches Sport soll lebenslange Freude an Bewegung, an gemeinschaftlichem Sporttreiben, eine Einbindung in die Gesellschaft zur Übernahme von Verantwortung und das Bewusstsein für Nachhaltigkeit im Sport vermitteln. Dies ist eingebunden im Spannungsfeld von Sportunterricht mit Gesundheit, Wirtschaft und Umwelt.

Im Zentrum des Sportunterrichts steht die mehrdimensionale Bewegungskompetenz unter den Aspekten Freude an Bewegung und Interesse an vielfältigen Bewegungsformen. Der Lehrplan versteht sich als Bindeglied zwischen der Primarstufe und der gymnasialen Oberstufe bzw. den beruflichen Schulen und der Universität.

Bei der Bewegungskompetenz handelt sich um die Zusammenschau von Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kognitionen sowie emotionalen, motivationalen und volitionalen Voraussetzungen, um sich freiwillig, selbstbestimmt, freudvoll und sinnerfüllend zu bewegen.

Dieser Lehrplan setzt den Ansatz voraus, die Vielfalt unserer Gesellschaft aufzunehmen und aufzuzeigen, d. h., dass Menschen unabhängig von Geschlecht, Ethnie und Hautfarbe, sexueller Orientierung, Religion, Alter, Beeinträchtigung oder sozialer Herkunft und Bildung erfahren und wertgeschätzt werden sollen.

Dieser Lehrplan enthält an einigen Stellen beispielhafte Hinweise zum sprachsensiblen Fachunterricht. Durch die bewusste Gestaltung des sprachlichen Inputs fördern Lehrkräfte eine erfolgreiche Sprachrezeption und Sprachproduktion der Schülerinnen und Schüler und unterstützen so gezielt den Aufbau von Bildungs- und Fachsprache. Bei der Unterrichtsgestaltung sind daher sprachliche Kompetenzbereiche des Schülerhandelns mitzudenken. Die beispielhaft dargestellten Sprachbausteine sollen die Lehrkräfte für unterschiedliche Sprachniveaus in den Kompetenzbereichen Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben sensibilisieren. Sie können als Grundlage für eine bewusste sprachliche Gestaltung von Lehrersprache, Texten und Aufgaben ebenso genutzt werden wie für sprachliche Unterstützungsmaterialien (Scaffolding) bzw. für das Einüben (fach)sprachlicher Strukturen mit den Schülerinnen und Schülern. Die Sprachbausteine sind vor diesem Hintergrund als exemplarisch zu verstehen und erheben keinen Anspruch auf Verbindlichkeit. Grundlage ist das saarländische Basiscurriculum sprachsensibler Fachunterricht, das auf dem Bildungsserver veröffentlicht ist. Weitere Hinweise zu den Sprachniveaus finden sich im Anhang dieses Lehrplans.

Berufliche Bildung hat den Auftrag, Schülerinnen und Schüler in dem individuellen Prozess der Annäherung und Abstimmung zwischen den eigenen Interessen, Stärken und Wünschen sowie den eigenen Einstellungen, Haltungen und Orientierungen auf der einen Seite und den Möglichkeiten, Bedarfen und Anforderungen der Arbeits- und Berufswelt auf der anderen Seite zu begleiten und zu unterstützen. Bezüge zu Berufen, Berufsfeldern und Berufsbiografien lassen sich in allen Fächern bilden. So können z. B. im Physik- oder Chemieunterricht genauso wie im Fremdsprachenunterricht oder in den gesellschaftswissenschaftlichen Fächern fachspezifische Berufe angesprochen und Informationen zu Berufsfeldern gegeben

werden. Fächerverbindende Kombinationen bieten sich an, auch eine Verknüpfung mit schulischen Projekten und Betriebspraktika. Auch beim Besuch außerschulischer Lernorte können Aspekte beruflicher Bildung Berücksichtigung finden. Die Ergebnisse der Recherchen und Reflexionen zu den unterschiedlichen Berufen und Berufsfeldern sollen von den Schülerinnen und Schülern in einem über die Schulzeit und Fächer hinweg angelegten Portfolio dokumentiert und ggfls. präsentiert werden.

## **Kompetenzen im Sportunterricht**

Folgende Kompetenzen sind im Sportunterricht von besonderer Bedeutung:

### **Fachkompetenzen**

#### ***Motorische Kompetenzen***

- sportmotorische Fertigkeiten,
- allgemeine und spezielle Spielfähigkeit,
- motorische Fähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination),
- Fähigkeit zum rhythmischen, tänzerischen, gymnastischen und spielerischen Gestalten von Bewegungen,
- Fähigkeit zum kreativen und produktiven Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels.

#### ***Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz***

- Kenntnisse über Funktionen des Körpers,
- Kenntnisse von Möglichkeiten und Grenzen der körperlichen Bewegung,
- grundlegende Kenntnisse über sportliche Zusammenhänge (z. B. Sport und Bewegung, Sport und Gesundheit, Sport und Training, Sport und Natur, Sport und Wirtschaft, Sport und Beruf),
- sportspezifische Theorie- und Regelkompetenz und deren Anwendung,
- selbständiges Gestalten von Unterrichtsphasen und selbständiges Planen sportlicher Aktivitäten,
- Erkennen und Korrigieren von Fehlern in der Bewegungsausführung bei sich und anderen,
- selbständiges Anwenden von Trainingsformen zur Verbesserung bzw. Erhaltung motorischer Fertigkeiten und Fähigkeiten,
- kreativer Einsatz von Bewegungs- und Spielformen als Ausdrucks- und Gestaltungsmittel.

### **Personale Kompetenzen**

#### ***Sozialkompetenz***

- teamorientiertes partnerschaftliches, faires, friedfertiges, kommunikatives Verhalten,
- Einhalten von Regeln und Vereinbarungen,
- Übernahme von Verantwortung,
- Gruppenbildung,
- fächerübergreifende und fächerverbindende Kompetenzen zum demokratischen Lernen, die sich an verschiedenen gesellschaftlichen Herausforderungen orientieren (z. B. Gesellschaft und Demokratie; innergesellschaftliche und internationale Konflikte; Sozi-

alstruktur und soziale Ungleichheit; sozialer und kultureller Wandel; Menschenrechte; soziotechnischer Wandel und Digitalisierung; Ökonomie und Gesellschaft; Nachhaltigkeit; Globalisierung und Migration, soziale Identität),

- Beitrag zur Beruflichen Orientierung durch Information über Berufe, Berufsfelder und Berufsbiografien im Bereich Sport.

**Selbstkompetenz**

- Verbesserung der individuellen Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit,
- korrektes Einschätzen von Zielen, Risiken, eigenen Leistungen und eigenem Lernfortschritt,
- angemessenes Verhalten bei Sieg und Niederlage,
- realistische Wahrnehmung körperlicher Phänomene (z. B. Atmung, Puls, Schwitzen, Erschöpfung, Anstrengung, Wohlbefinden),
- Steigerung des Selbstwertgefühls und Verständnis für Chancengleichheit,
- Nutzung von Bibliotheken und Internetquellen zur Suche, Verarbeitung und Präsentation von Informationen,
- Einsatz von Medien zur Verarbeitung, Aufbereitung und Präsentation von Daten, Fakten, Bildern und Videos (Medienkompetenz),
- Reflexion bezüglich eigener Interessen und Stärken,
- Nutzung des Sportunterrichtes zur gezielten Demokratieerziehung.

**Kompetenz-Modell des Sportunterrichts**

<b>Bewegungskompetenz</b>			
<b>Fachkompetenz</b>		<b>Personale Kompetenz</b>	
Erschließung der Bewegungs- Spiel- und Sportkultur		Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport	
Motorische Kompetenz	Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz	Sozialkompetenz	Selbstkompetenz



## **Inhaltlich-methodische Hinweise für den Sportunterricht**

### **Mehrperspektivischer Sportunterricht**

Ein mehrperspektivischer Unterricht ist gleichzeitig auch erziehender Unterricht im Sinne des Doppelauftrages. Er eröffnet den Schülerinnen und Schülern Perspektiven, sinnerfüllt an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur teilzunehmen. Hierzu sind grundlegende Einsichten, Einstellungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten zu vermitteln (Erziehung zum und durch den Sport).

In der Sportdidaktik werden im Allgemeinen sechs pädagogische Perspektiven unterschieden, die sich überschneiden und oftmals zusammenwirken.

- A) Die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern
- B) Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten
- C) Die Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln
- D) Etwas wagen und verantworten
- E) Das Leisten erfahren und reflektieren
- F) Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

#### **A) Die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern**

Durch vielfältige Bewegungen und durch vielfältiges Ansprechen aller Sinne soll im Sportunterricht versucht werden, die alltägliche Wahrnehmungsfähigkeit zu verbessern, die Sinne zu schärfen und so die allgemeine Lernfähigkeit der Schülerinnen und Schüler zu fördern. Mit dem individuellen Bewegungsrepertoire entwickelt sich zugleich die Wahrnehmung des eigenen Körpers. Es ist von großer Bedeutung für die Entwicklung des Körper- und Selbstbildes der Heranwachsenden, den eigenen Körper und die eigene Belastungsfähigkeit genau einschätzen zu können.

#### **B) Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten**

Viele Jugendliche definieren sich über ihren Körper. Ihr Körperkonzept ist ein wesentlicher Teil ihres Selbstkonzeptes. Daher dient Bewegung - gerade im Jugendalter - der Entwicklung und Präsentation von Ich-Identität. Der Schulsport bietet vielfältige Möglichkeiten, die Ausdrucksmöglichkeiten des Körpers zu erproben und zu reflektieren. Der Sportunterricht trägt dazu bei, das individuelle Bewegungsrepertoire über das rein Sportliche hinaus zu erweitern: Die Schülerinnen und Schüler lernen, mit der Bewegung zu spielen, sich über Bewegung „auszudrücken“, mittels der Bewegung mit anderen zu „kommunizieren“ und Bewegungsideen zu gestalten.

#### **C) Die Fitness verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln**

Ein wichtiges Ziel des Schulsports ist es, die Gesundheit als ein Produkt physischer, psychischer, sozialer und ökologischer Faktoren begreifbar zu machen und den Schülerinnen und Schülern den Zusammenhang zwischen sportlichem Handeln und Gesundheit aufzuzeigen. Neben der Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und der psychophysischen Belastbarkeit zielt der Sportunterricht auf das bewusste Erfahren von körperlicher Anstrengung und Regeneration und auf das Verständnis der Bedeutung dieser Faktoren für die Gesundheit ab. Somit soll ein lebenslanges Sporttreiben erreicht werden.

#### **D) Etwas wagen und verantworten**

Die Wahrnehmung der eigenen Fähigkeiten und Grenzen in herausfordernden Situationen mit unsicherem Ausgang ist eine sehr wertvolle Erfahrung. Durch die Hinführung zu bewusstem

und umsichtigem Abwägen von Wagnissen wird die Fähigkeit zur realistischen Selbsteinschätzung weiterentwickelt. Die Schülerinnen und Schüler lernen zu ihrer Angst zu stehen, sie zu überwinden und Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen.

### **E) Das Leisten erfahren und reflektieren**

Eine wichtige Aufgabe aller Fächer besteht darin, die Lern- und Leistungsbereitschaft zu fördern. Im Sport sollen Schülerinnen und Schüler eine positive Einstellung zur Anstrengung entwickeln, sich Leistungsanforderungen stellen und durch konsequentes Trainieren die eigene Leistungsfähigkeit verbessern. Sie sollen Trainingsprozesse verstehen und diese zunehmend selbständig organisieren und durchführen. Leistung im Sport ist abhängig von individuellen Voraussetzungen. Deshalb hat die Erfahrung des individuellen Leistungsfortschritts Vorrang vor dem Vergleich mit den Leistungen anderer.

### **F) Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen**

Im Fach Sport bieten sich vielfältige Anlässe für soziales Lernen. Insbesondere in konkurrenzorientierten Situationen ergeben sich Möglichkeiten, soziales Miteinander zu reflektieren und Probleme zunehmend selbständig, fair und verantwortungsvoll zu regeln. Kooperatives Verhalten wird gerade auch im koedukativen Sportunterricht, etwa bei der Bildung von Gruppen, der Vereinbarung von Regeln und beim Helfen und Sichern, in besonderem Maße gefördert.

## **Durchführung des Sportunterrichts**

Der Sportunterricht soll im Allgemeinen koedukativ durchgeführt werden. In den Bewegungsfeldern Laufen-Springen-Werfen, Spielen und Bewegen an und mit Geräten ist darauf zu achten, dass das Anspruchsniveau des Leistungskurses in den Klassenstufen 6 - 11 längerfristig vorbereitet wird (sportartübergreifende Basisschulung in der Klassenstufe 5).

In der Klassenstufe 6 soll über den Zeitraum eines halben Jahres Schwimmunterricht durchgeführt werden.

Grundsätzlich stehen für die Behandlung der verbindlichen Inhalte (vgl. Übersicht Seite 11) ca. 75 Prozent der Jahreswochenstunden zu Verfügung. Die darüberhinausgehenden Stunden sind verwendbar für z. B. vertiefende Übungen, fakultative Inhalte, Projektarbeit.

Für die einzelnen Jahrgangsstufen sind verbindliche und fakultative Bewegungsfelder festgelegt. Diese werden stets mit leitenden pädagogischen Perspektiven verknüpft. In einem mehrperspektivischen Unterricht sind folgende Verfahrensweisen möglich:

- **Akzentuieren** einer Perspektive (z. B. beim Ausdauerlauf körperliche Eindrücke und Empfindungen thematisieren),
- **Kontrastieren** von Sinngestaltungen, d. h. eine Bewegungsform unter unterschiedlichen Bedeutungen erfahren (z. B. Springen als messbare Leistung und als Ausdrucksempfindung),
- **Integrieren** von Sinngestaltungen, d. h. gleichzeitiges Erleben von Sinngestaltungen verdeutlichen (z. B. im Sportspiel die Leistungssituation, die soziale Situation des Miteinanderspiels und die Spannungseffekte des Spiels).

Um Schülerinnen und Schüler optimale Lernchancen bieten zu können, bedarf es eines breiten Spektrums an methodisch-didaktischer sowie schul- und unterrichtsorganisatorischer Entscheidungen. Hierauf beziehen sich auch die Hinweise zum Sprachsensiblen Unterricht. Dabei sind die Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den Bedürfnissen und Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler zu berücksichtigen, indem verschiedene Maßnahmen zur Differenzierung im Unterricht eingesetzt werden (z. B. Lernaufgaben unterschiedlichen

Schwierigkeitsgrades, die Wahl und Abstraktionsgrad der Unterrichtsmaterialien und Lernformen). Dadurch werden Schülerinnen und Schüler mit besonderem Förderbedarf im Sportunterricht berücksichtigt.

Der Schulsport außerhalb des Sportunterrichtes bereichert mit vielfältigen Angeboten (z. B. Sportfeste, schulsportliche Wettbewerbe, Schülerfahrten mit sportbetonten Inhalten wie Ski-lehrfahrten, Bundesjugendspiele, Bewegte Schule, sportbezogene Projektstage bzw. Projektwochen, Zusammenarbeit mit Sportvereinen, sportbasierte Berufliche Orientierung und Studienorientierung) die schulische Sport-, Gesellschafts- und Gesundheitserziehung und leistet damit wesentliche Beiträge zur Entwicklung der Individualität und zur Gestaltung des Schullebens.

### **Grundsätze zur Unterrichtsgestaltung**

Kinder und Jugendliche verfügen selbst über eigene Vorstellungen, was unter Bewegung, Spiel und Sport zu verstehen ist. Sport sollte aus Sicht der Kinder Spaß machen. Werden möglichst alle pädagogisch wertvollen Zuwendungsmotive für sportliche Aktivitäten berücksichtigt, so ist der Erwerb einer umfassenden Handlungskompetenz ermöglicht und jedem Lernenden die Chance eröffnet, eine individuelle Sinnggebung zum Sporttreiben zu finden.

Folgende Grundsätze sind zu berücksichtigen:

#### **I. Unterricht öffnen und zur Selbständigkeit anleiten**

- teamorientiertes Begrüßungsritual, z. B. Sitzkreis...
- Gruppen- und Teamarbeit schrittweise einführen,
- Verantwortungs- und Sicherheitsbewusstsein wecken,
- Schülerinnen und Schülern Raum für selbständiges Handeln geben und zu selbstverantwortlichem und nachhaltigem Sporttreiben befähigen,
- spezifische Lernbedürfnisse von Schülerinnen und Schülern durch offene Unterrichtsformen berücksichtigen,
- geschlossene Unterrichtsformen ermöglichen effektives und ökonomisches Lernen,
- projektorientierte Formen des Arbeitens im Unterricht realisieren,
- Bezüge zur individuellen beruflichen Orientierung sind herzustellen durch systematisches Recherchieren über Berufe bzw. Berufsfelder und Berufsbiografien im Bereich Sport und Gesundheit.

#### **II. Individualisieren und Integrieren der Heterogenität in die Lerngruppe**

- von den individuellen Voraussetzungen und Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler ausgehen,
- gemeinsames und gemeinschaftliches Handeln fördern,
- im Unterricht differenzieren, um den unterschiedlichen Voraussetzungen gerecht zu werden,
- Schülerinnen und Schüler ermutigen,
- das Miteinander der Geschlechter fördern (gemeinsame Bewegungserlebnisse schaffen).

#### **III. Üben und individuelle Lernerfolge sichern**

- Erfahrung vermitteln, dass sich Anstrengung und beharrliches Üben lohnen,
- das Üben abwechslungsreich gestalten und den Sinn des Übens bewusstmachen,



- Anwendungsmöglichkeiten für unterschiedliches erworbenes Können schaffen (Präsentationen, Spiel- und Wettkampfsituationen).

#### **IV. Erfahrungen bei Bewegung, Sport und Spiel bewusstmachen und reflektieren**

- in Reflexionsphasen fachliche Zusammenhänge und Gesetzmäßigkeiten des Bewegungshandelns verdeutlichen,
- Bedingungen sozialen Handelns thematisieren sowie
- gemeinsam Lösungen für Probleme finden (z. B. Geschlecht, soziale Herkunft, Lernerfolg, aggressives Verhalten, Angst, Ausgrenzung).

#### **Leistungsbewertung und Notenfindung im Fach Sport**

Die Gesamtnote (Halbjahres-, Jahresnote) setzt sich aus mehreren Teilnoten für verschiedenartige Leistungen aus dem sportlichen Handeln unter verschiedenen pädagogischen Perspektiven zusammen. Sie ist unter der Berücksichtigung der Qualität der Mitarbeit das Ergebnis einer wertenden fachlich-pädagogischen Gesamtbeurteilung und kann nicht schematisch errechnet werden.

Den Teil- und Zeugnisnoten liegt eine Orientierung an den angestrebten Kompetenzen zugrunde. Dies bedeutet, dass zwischen den Kompetenzen, den Lerninhalten, den dazugehörigen Lernprozessen und den daraus resultierenden Lernerfolgskontrollen ein inhaltlich gültiger Zusammenhang bestehen soll.

Für die verbindlichen Unterrichtseinheiten in den einzelnen Klassenstufen soll die Lehrkraft mindestens jeweils eine Note erteilen, in die mehrere Teilnoten bzw. Bewertungen für die unterschiedlichen Kompetenzen und Aufgabenstellungen erkennbar einfließen. Der Schwerpunkt der Note liegt dabei auf der motorischen Kompetenz.

Die Halbjahres- bzw. Jahresnote sollen sich aus den verbindlichen Unterrichtseinheiten ergeben. Die Noten aus den fakultativen Unterrichtseinheiten sind anteilig und angemessen bei der Gesamtnote zu berücksichtigen.

Es ist ausgeschlossen, dass Schülerinnen und Schüler lediglich über die Bewertung eines Typs von Leistung (z. B. quantitativ messbare Leistung im c-g-s- System) zu einer Gesamtnote kommen. Nur so kann der Sportunterricht unterschiedlichen individuellen Voraussetzungen, Haltungen und Motivationen (z. B. Größe, Kraft, Alter, Mut, Angst, Ehrgeiz, soziales Verhalten) gerecht werden. Die individuellen Lern- und Leistungsfortschritte und die Bereitschaft, die Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit zu erweitern, sollen in der Note Berücksichtigung finden.

Leistungsbewertungen sollten deshalb sowohl unterrichtsbegleitend bzw. prozessbezogen (z. B. Leistungsbereitschaft, Anwenden von Wissen und Können, Mitgestaltung des Unterrichts) als auch punktuell bzw. produktbezogen (z. B. Demonstration, Leistung unter Wettkampfbedingungen, Präsentation) vorgenommen werden.

Eine transparente Notengebung ermöglicht den Schülerinnen und Schülern das Zustandekommen ihrer Noten nachzuvollziehen. Dies führt die Schülerinnen und Schüler im Unterricht zu mehr Selbständigkeit und Eigenverantwortung, zu Kooperation und Selbstbewusstsein und zur Solidarität in der Klassengemeinschaft.

Auf einen Abdruck verbindlicher Tabellen zur Notenfindung in Fällen absoluter Leistungsmessung wird im Lehrplan verzichtet. Genaue Festlegungen sollten durch die Fachkonferenz der Schule erfolgen. In Abhängigkeit von den jeweils gegebenen schulischen Bedingungen sind in pädagogischer Eigenverantwortung für einzelne Unterrichtseinheiten des Lehrplanes Anforderungen für die jeweilige Schule zu erstellen. Dabei sollen unter anderem die Kriterien Altersstufe, geschlechtsspezifische Unterschiede, Klassenstärke, Qualität der Sportstätten

und Anzahl der Unterrichtsstunden Berücksichtigung finden. Als Orientierungsgrundlage für altersspezifische Leistungsanforderungen können Leistungs-tabellen (z. B. für die Bundesjugendspiele, für das Sportabzeichen) dienen.

Besonders herausragende Leistungen im außerunterrichtlichen Schulsport (z. B. bei Jugend trainiert für Olympia) können bei der Notengebung miteinbezogen werden.

### **Fächerverbindendes Arbeiten**

Ein mehrperspektivischer Sportunterricht mit dem Ziel der individuellen sportlichen Handlungsfähigkeit greift fachübergreifende Fragestellungen auf. Diese implizieren das Überschreiten der Grenzen einzelner Fächer und bringen Inhalte in einen neuen Sinnzusammenhang. Eine Kooperation bietet sich an:

- mit dem Fach Deutsch und den Fremdsprachen im Schreiben und in der Interpretation von Texten zum Thema Sport und in der Aufsatzerziehung.
- mit dem Fach Mathematik (z. B. Winkelberechnungen),
- mit den naturwissenschaftlichen Fächern,
  - Biologie (z. B. menschlicher Organismus),
  - Chemie (z. B. Energiebereitstellung),
  - Physik (z. B. Biomechanik sportlicher Bewegungen).
- mit den gesellschaftswissenschaftlichen Fächern,
  - Erdkunde (z. B. Orientierungslauf, Nachhaltigkeit),
  - Politik (z. B. Sport und Gesellschaft),
  - Geschichte (z. B. demokratisches Handeln),
  - Religion und Ethik (z. B. Akzeptanz von Regeln, Normen und Werten, Inklusion),
- mit dem Fach Bildende Kunst (z. B. Darstellung sportlicher Bewegungen),
- mit dem Fach Musik (z. B. rhythmische Bewegungen),
- mit dem Fach Informatik (z. B. Medieneinsatz im Sportunterricht).

Darüber hinaus bieten sich im Sinne einer „Bewegten Schule“ weitere Verknüpfungsmöglichkeiten an (z. B. Laufdiktate, Bewegungstheater, Life Kinetik).

## Lehrplan Sport neunjähriges Gymnasium 2024

Übersicht zu den verbindlichen (gelb markiert) und fakultativen Bewegungsfeldern von Kl. 5 - 11

	5	6	7	8	9	10	11
<b>Laufen, Springen, Werfen</b>	Basisfertigkeiten Laufen, Springen, Werfen	Ausdauernd Laufen/ Orientierungslauf	Ausdauernd/ schnell laufen und weit springen	Staffel- und Hürdenlauf	Hoch springen, weit stoßen	Schleuderball, ausdauernd laufen	Dreikampf (Wurf, Sprung, Ausdauer)
<b>Bewegen an und mit Geräten</b>	Bewegungslandschaften für Rollen, Stützen, Schwingen und Balancieren		Basisfertigkeiten an Geräten	Le Parkour und Freerunning	Turnen verschiedener Grundelemente	Turnen einer Kür an einem Gerät	Turnen einer Kür an zwei Geräten
<b>Spielen</b>	Koordinative, technische und taktische Basiskompetenzen in Ballspielen	Spielen mit dem Fuß in Richtung Fußball	Spielen mit der Hand in Richtung Handball Spielen mit Schlägern	Spielen mit der Hand in Richtung Basketball	Rückschlagspiele in Richtung Volleyball	Spielen mit Schlägern Alternative Spiele	Inhalte in Mannschaftsspielen vertiefen
<b>Bewegung gestalten</b>	Springen mit dem Seil	Akrobatik			Bewegungsgestaltung mit Objekt	Moderne Tanzformen in der Kleingruppe präsentieren	
<b>Bewegen im Wasser</b>		Erlernen unterschiedlicher Schwimmtechniken			Erweitern der Schwimmkompetenz/ Rettungsschwimmen		
<b>Ringern, Raufen, Kämpfen</b>	Faires Kämpfen und Raufen						Ringern und Kämpfen
<b>Gleiten, Rollen, Fahren</b>			Radfahren, Skifahren, Inline Skating, Skateboarding				
<b>Übergreifendes Bewegungsfeld</b>		Jonglieren	Funktionsgymnastik	Alternative Sportarten		Die Turnhalle als Fitnesscenter	Alternative Sportarten

**Verschiedene Hochsprung- sowie Kugelstoßtechniken erlernen und mindestens in der Grobform umsetzen: leitende pädagogische Perspektiven A, D und E**

- Absprung- und Fluggefühl entwickeln, Beschleunigung von Wurfgeräten erspüren,
- eigene Fähigkeiten sowie Leistungsgrenzen erfahren, realistische Selbsteinschätzung der eigenen Leistung entwickeln,
- Leistungsverbesserung anstreben, intra- und interindividuelle Leistungsvergleiche zwischen den Leistungsbereichen Wurf und Sprung sowie innerhalb der Klasse durchführen.

**Verbindliche Inhalte und Kompetenzen**

**Vorschläge und Hinweise**

**Hoch springen**

**Hoch springen unter dem Aspekt der Koordinationsschulung**, z. B. Sprung-ABC, Überspringen von Hindernissen.

**Erlernen verschiedener Hochsprungstechniken** (Straddle- und Floptechnik)

- z. B. Fosbury-Flop unter Beachtung der Kriterien bogenförmiger Anlauf, kräftiger Absprung mit lattenfernem Bein, diagonales Hochreißen des Schwungbeines, Hochdrücken der Hüfte, Rückenlandung (siehe Folgeseite),
- Durchführung von Wettkämpfen, z. B. Hochsprung-Mehrkämpfe.

**Weit stoßen**

**Stoßen aus dem Stand, mit unterschiedlicher Vorbeschleunigung, mit unterschiedlichen Stoßgeräten (Medizinball, Kugel u. a.)**

- z. B. Standstoß frontal mit Impuls aus den Beinen, Stoßen aus dem Seitangleiten mit Beachtung von Hand- und Armhaltung, Stemmbe-  
wegung, explosives Ausstoßen und Körperstreckung

**Motorische Kompetenz**

- Merkmale der Hochsprung- und Kugelstoßtechniken umsetzen.

**Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz**

- Verschiedene Ausführungstechniken vergleichen und die biomechanischen Vorteile (z. B. des Fosbury-Flops) verstehen.

**Selbstkompetenz**

- Korrekte Selbsteinschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit entwickeln,
- Bewegungsabläufe videogestützt analysieren (Medienkompetenz).

**Sozialkompetenz**

- Akzeptieren leistungsstärkerer und leistungsschwächerer Klassenmitglieder bei Gruppenwettkämpfen.

**Literatur**

- Wastl, Peter/Wollny, Rainer: Leichtathletik in Schule und Verein, Schorndorf 2017
- Liedtke, Claudia/Dornbusch, Ralf: Leichtathletik Werfen, Berlin 2015
- @<https://www.mobile-sport.ch/leichtathletik/>

**Methodischer Hinweis**

- Bei der Leistungsbeurteilung im Hochsprung sollte in besonderem Maße (neben der übersprungenen Höhe) auch die technische Ausführung sowie die persönliche Konstitution und Leistungsentwicklung berücksichtigt werden.
- Für den sprachsensiblen Fachunterricht bietet sich der Einsatz einer Bildreihe an.

**Nachhaltigkeit**

- Als Alternative zur Kugel können große Kieselsteine oder Holzklötze verwendet werden.

## Hinweise zum Sprachsensiblen Fachunterricht

**Hochsprung Fosbury Flop**

**Fachwortschatz:** Anlauf: Steigerungslauf zunächst gradlinig mit Impulskurve, Schwungbein- und Armeinsatz (evtl. Doppelarmschwung)

Absprung: Absprungvorbereitung, Schwungbeineinsatz, Absprung mit dem mattenfernen Bein, Verstärkung der unterstützenden Absprungbewegungen, (evtl. Doppelarmschwung), Schaffen von Voraussetzungen für die Gesamtbewegung (richtige Drehrichtung),

Flugphase: rückwärtige Lattenüberquerung, Brückenposition,

Landung: auf der Schulter/ Rücken.



Mein Sprungbein ist rechts/links. Ich laufe von der linken/rechten Seite an. Ich laufe zuerst gerade an. Dann laufe ich in einem Bogen weiter. Ich werde schneller. Ich springe mit einem Bein ab. Meine Arme und mein Schwungbein ziehe ich nach oben. Ich springe rückwärts über die Latte. Ich gehe in die Brückenhaltung. Ich lande auf dem Rücken.



Mein Sprungfuß ist rechts/links. Ich laufe aus der entgegengesetzten Richtung an. Mein Lauf ist am Anfang gerade, dann bogenförmig. Dabei werde ich schneller. Ich springe mit einem Bein ab. Gleichzeitig reiße ich mein Schwungbein und meine Arme nach oben. Hierbei drehe ich mich mit dem Rücken zur Latte. Ich nehme in der Luft eine Brückenhaltung ein und lande mit dem Rücken auf der Hochsprungmatte.



Zuerst ist der Anlauf ein gradliniger Steigerungslauf. Dann laufe ich in einem Bogen zur Latte. Mein Körper ist leicht nach innen geneigt. Ich springe mit dem lattenentfernten Fuß ab. Den Sprungfuß setze ich über die Ferse auf. Meine Arme ziehe ich schnell nach oben. Das Schwungbein dreht von der Matte weg nach oben. Mein Absprungbein ist gestreckt. Dabei drehe ich mich mit dem Rücken zur Latte. Meinen Körper überstrecke ich, so dass ich eine Brückenhaltung bei der Lattenüberquerung habe. Die Unterschenkel schwingen hoch. Der Kopf wird zur Brust gezogen und die Arme werden seitlich ausgebreitet. Ich lande rücklings mit dem Rücken auf der Matte.



Der Anlauf erfolgt aus der entgegengesetzten Richtung des Sprungfußes. Dieser Anlauf besteht aus einem geradlinig verlaufenden Steigerungslauf, der in einen bogenförmigen Lauf mit einer Innenneigung des Körpers (leichte Körperrücklage) in den letzten drei Schritten (Impulskurve) übergeht. Es erfolgt gleichzeitig die Vorbereitung des Doppelarmschwungs. Man setzt beim letzten Schritt über die Ferse auf und das Schwungbein überholt das Sprungbein. Der sich anschließende Absprung erfolgt mit einer leichten Beugung des Sprungbeins bis hin zur Streckung. Ich leite die rückwärts gerichtete Flugphase ein, so dass im Körper eine Vierteldrehung vollzogen werden kann. Der Doppelarmschwung wird nach oben weitergeführt. In der anschließenden Flugphase bleibt das Sprungbein gestreckt. Die Hüfte und der Rücken werden gestreckt, damit eine Brückenhaltung über der Latte eingenommen wird. Bei der sich anschließenden Landung wird der Kopf nach vorne zur Brust gezogen, die Beine nach oben gestreckt und die Arme seitlich ausgebreitet. Die anschließende Landung auf der Matte erfolgt auf dem Rücken bzw. auf der Schulter.

**Turnen verschiedener Grundelemente: leitende pädagogische Perspektive A, D, E**

- Erweiterung und Vertiefung der Bewegungserfahrungen beim Rollen, Stützen, Drehen und Schwingen,
- in Wagnissituationen Gefahren erkennen, einschätzen und gemeinsam Verantwortung übernehmen,
- durch systematisches Üben die Machbarkeit einer sportlichen Leistung erfahren, aber auch eigene Leistungsgrenzen erkennen und respektieren.

**Verbindliche Inhalte und Kompetenzen****Vorschläge und Hinweise****Vertiefen und Erweitern der erworbenen Fertigkeiten an verschiedenen Geräten, wie z. B.****Sprung**

z. B. Salto vorwärts am Minitrampolin, Hocke am Kasten/Pferd quergestellt.

**Reck**

z. B. Felgaufschwung, Hüftumschwung vorlings-rückwärts, Felgunterschwung, Spreizumschwung vorwärts.

**Boden**

z. B. Sprungrolle, Standwaage, Aufschwingen in den Handstand (2 Sekunden) und Abrollen, Rolle rückwärts in den Handstand.

**Ringe**

z. B. halbe und ganze Drehungen aus dem Vor- und Rückschwung, Aufschwingen in und Abschwingen aus dem Beugesturzhang.

**Schwebebalken**

z. B. Hockwende als Aufgang, ½ Drehung, Standwaage, Radwende als Abgang.

**Barren**

z. B. Kehre, Wende, Oberarmstand aus dem Grätschsitz, Rolle vorwärts in den Oberarmhang.

**Motorische Kompetenz**

- turnerische Grundfertigkeiten erweitern.

**Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz**

- Entwicklung einer Bewegungsvorstellung der Einzelelemente,
- Beschreibung von Bewegungsabläufen (Körperstellung zum Gerät, Bewegungsrichtung und Griffarten),
- Kenntnis und Anwendung von Sicherheits- und Hilfeststellungsmaßnahmen.

**Selbstkompetenz**

- Einschätzung eigener Leistungsfähigkeit; Einschätzung von Risiken.

**Sozialkompetenz**

- teamorientiertes Verhalten und nachhaltiger Umgang beim Geräteaufbau und -abbau; Helfen und Sichern,
- den Partner mit feed up, feed back und feed forward unterstützen.

**Literatur**

- Fries, Axel/Schall, Ralf: Gerättturnen? – klar macht das Spaß!, Sessenhausen 2002
- Gerling, Ilona: Basisbuch Gerättturnen, Aachen 2017
- Schmidt-Sinns, Jürgen: Alternatives Turnen in Schule und Verein, Aachen 2016
- Zeuner, Arno/Hofmann, Sieghart/Leske, Reinhard: Sportiv Gerättturnen, Leipzig 2002
- @www.sportunterricht.de\turnen
- @https://www.friedrichverlag.de/sport/konzepte-methoden/zusammen-effizient-und-sicher-10647

**Didaktisch-methodische Hinweise**

- Es empfiehlt sich eine exemplarische Auswahl an Geräten in Form eines Stationenbetriebes anzubieten.
- Als Orientierung dienen die A- und B-Elemente aus der APA des Sportleistungskurses.

**Rückschlagspiele in Richtung Volleyball: leitende pädagogische Perspektiven A, F**

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern; die Flugbahn eines Balles räumlich und zeitlich einschätzen, sich zum Ball hinbewegen und eine neue Flugbahn einleiten,
- mit- und gegeneinander spielen (als Partner, in der Gruppe, in der Mannschaft); Regeln vereinbaren und variieren.

**Verbindliche Inhalte und Kompetenzen****Den Ball in der Luft halten (Volley spielen)**

verschiedenartige Bälle (z. B. Wasserball, Schaumstoffball, Volleyball) jonglieren:

- die Flugbahn und Flughöhe verändern,
- zu zweit bzw. zu dritt,
- über eine Schnur spielen (Variation der Spielhöhe).

**Den Ball mit oberem und unterem Zuspiel spielen**

- allein, mit einem Partner, in der Kleingruppe,
- möglichst oft spielen.

**Das Feld verteidigen**

in einem Aktionsfeld über eine hochgespannte Schnur (Band, Netz) Ball erlaufen, mit Variation der Ballkontakte,

- im Spiel 1:1,
- im Spiel 2:2 (Beach-Volleyball),
- im Spiel 3:3 bzw. 4:4.

**In einer Mannschaft spielen**

- den Ball mit oberem Zuspiel oder Aufschlag von unten ins Spiel bringen,
- Abstimmen der Aktionsbereiche mit der Partnerin/dem Partner, mit den Mitspielerinnen und Mitspielern im Annahme-, Spielaufbau und Abwehrsituationen.

**Motorische Kompetenz**

- grundlegende technische Fertigkeiten (oberes und unteres Zuspiel, Angabe von unten) und taktische Fähigkeiten (Annahme, Zuspiel- und Angriffshandlungen) in Übungs- und Spielformen anwenden und demonstrieren.

**Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz**

- Beschreibung von taktischem Verhalten als Einzelspieler und als Spieler in der Gruppe,
- selbständiges Planen und Durchführen eines kleinen Spielturniers unter Beachtung der Nachhaltigkeit.

**Selbstkompetenz**

- Einschätzen von eigenem und fremdem Verhalten in der Gruppe.

**Sozialkompetenz**

- aufgabenspezifisch mit Mitspielerinnen und Mitspielern kooperieren und sich verständigen (lautes verbales Verständigen),
- Stärken und Schwächen der Mit- und Gegenspieler akzeptieren.

**Vorschläge und Hinweise****Literatur**

- Czimek, Jimmy: Volleyball – Training und Coaching, Aachen 2022
- Kröger, Christian: Volleyball – Ein spielgemäßes Vermittlungskonzept, Schorndorf 2010
- Papageorgiou, Anasthassios / Czimek, Volker: Volleyball spielerisch lernen, Aachen 2020
- @www.volleyballtraining.de
- @https://www.mobilesport.ch/beachvolleyball/volleyball
- @https://www.volleyball.nrw/
- @http://www.sportunterricht.de/volleyball/

**Methodische Hinweise**

- Es wird empfohlen, gleichstarke und heterogene Teams zu bilden und diese über mehrere Unterrichtsstunden nicht zu verändern, möglichst in kleinen Mannschaften (häufigere Ballkontakte) und mit Regelvereinfachungen spielen. „Vereinsspielerinnen“ sollten mit besonderen Aufgaben in den Unterricht eingebunden werden.
- teambildende Maßnahmen, z. B. Begrüßungsrituale

**Bewegungsgestaltung mit Objekt: leitende pädagogische Perspektiven A, B**

- Erweitertes Körperbewusstsein und differenzierte Körperwahrnehmung durch Schulung von Gleichgewicht, Rhythmus- und Zeitgefühl entwickeln,
- Bewegungsgestaltung mit Objekten als Artikulations- und Selbstdarstellungsmedium entdecken.

**Verbindliche Inhalte und Kompetenzen**

**Vorschläge und Hinweise**

**Bewegungsgrundformen mit Objekten zur Musik erarbeiten und variieren** (Gehen, Laufen, Hüpfen, Federn, Springen, Werfen, Fangen, Prellen, Rollen, Schwingen)

- Bewegungsformen mit unterschiedlichen Objekten (z. B. Ball, Keule, Stuhl, Stab) miteinander verbinden,
- im Anspruchsniveau steigern,
- rhythmisch und räumlich variieren,
- paarweise und in der Gruppe ausführen.

**Rhythmus und Musik als gestalterischen Anlass nutzen**

- den Körper als Rhythmusinstrument nutzen,
- mit Materialien Rhythmus erzeugen (z. B. Plastikflaschen, Bälle, Keulen),
- ein Musikstück in Bewegung umsetzen (z. B. nach Tempo, Raum, Dynamik, Thema).

**Kleinere Gestaltungen in einer Kleingruppe selbständig erarbeiten und präsentieren**

**Motorische Kompetenz**

- Gestaltungsprinzipien kennen und in einer eigenen Gestaltung anwenden, ästhetisches Bewusstsein und Urteilsfähigkeit herausbilden.

**Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz**

- selbständige Bildung von Paaren bzw. Gruppen und Einigung über Ziel, Inhalt und Weg der Bewegungsgestaltung,
- methodische Vorgehensweisen kennen lernen, z. B. Bewegungs-ideen erfinden und sammeln, experimentieren, variieren, weiterverarbeiten.

**Selbstkompetenz**

- körperliche Ausdrucksfähigkeit entwickeln,
- Musik bzw. Musikvideos gestalten und zur Korrektur nutzen (Medienkompetenz),

**Sozialkompetenz**

- interindividuelle Stärken und Schwächen akzeptieren,
- in der Gruppe Bewegungsmotive/-ideen entwickeln, umsetzen, abwandeln und präsentieren.

**Literatur**

- Bach, Ingrid: Bewegungsgestaltung: Ein multidimensionales Phänomen, Schorndorf 2016
- Landessportbund NRW / Ministerium für Schule und Weiterbildung NRW / Tanzsportverband NRW (Hrsg.): Gestalten, Tanzen, Darstellen, Aachen 2007
- @<http://www.sportunterricht.de/themenseiten/tanz1.html>
- @<https://www.mobile-sport.ch/suchergebnisse/#f:tanz%20mit%20objekten>



- Biologie: Körperbau

**Methodische Hinweise**

- bekannte Bewegungen aufgreifen (Alltagsbewegungen, Alltagsmaterialien),
- beliebte Vorbilder imitieren (Videoclips),
- Schülerinnen und Schüler als Experten einsetzen.



**Rettungsschwimmen: leitende pädagogische Perspektive A, D, F**

- Die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern (Wasserwiderstand/Vortrieb, Tragfähigkeit, Orientierung),
- Grundformen des Rettungsschwimmens in Partner- und Gruppenarbeit erfahren und entwickeln,
- Herausfordernde Situation im Wasser selbstbestimmt abwägen, meistern und realistische Selbsteinschätzung weiterentwickeln, bzw. gemeinsam vorgehen.

**Verbindliche Inhalte und Kompetenzen****Vorschläge und Hinweise****Grundformen des Rettungsschwimmens**

- Regeln des Rettungsschwimmens,
- rettungsspezifische Schwimmfertigkeiten (z. B. Brustbeinschlag in Rücklage ohne Armtätigkeit, Strecken- und Tieftauchen, Tauchzug, Sprünge, Schwimmen mit Kleidern),
- Selbstrettung, z. B. Verhalten bei Erschöpfungszuständen (Ausruhen in Bauch- und Rückenlage), Beseitigung von Muskelverkrampfungen (Waden-, Oberschenkel-, Fingerkrampf),
- Fremdrettung, z. B. Transportieren und Schleppen, Umklammerungen lösen bzw. vermeiden.
- **Aufgabenkatalog angelehnt an das Schwimmabzeichen Gold- und Juniorschwimmen**

**Motorische Kompetenz**

- Grundformen des Rettungsschwimmens erlernen,
- Formen der Fremdrettung (z. B. Achsel-schleppgriff) anwenden können.

**Kognitive und sportbezogene Methodenkompetenz**

- Transportieren und Schleppen,
- Kenntnis und Anwendung von Sicherheits- und Hilfsmaßnahmen.

**Selbstkompetenz**

- Sicherheitsaspekte beurteilen,
- Einschätzung eigener Leistungsfähigkeit; Einschätzung von Risiken.

**Sozialkompetenz**

- Abwägen der Hilfsmaßnahmen in der Gruppe,
- kooperatives Verhalten innerhalb von Kleingruppen (z. B. durch Schlepp-techniken).

**Literatur**

- Wilkens, Klaus/ Löhr, Karl: Rettungs-schwimmen – Grund-lagen der Wasser-rettung, Schorn-dorf 2010
- Erlass über den Schwimmunterricht von 2003 ([@https://vorschriften.saarland.de/verwaltungsvorschriften/vorschriften/06\\_1392.pdf](https://vorschriften.saarland.de/verwaltungsvorschriften/vorschriften/06_1392.pdf))
- [@https://www.mobile-sport.ch/suchergebnisse/#f:rettungsschwimmen](https://www.mobile-sport.ch/suchergebnisse/#f:rettungsschwimmen)
- [@https://www.dlrg.de/informieren/aufsichtspersonen/praxishilfe/](https://www.dlrg.de/informieren/aufsichtspersonen/praxishilfe/)

**Methodische Hinweise**

- Zur Bewertung können Selbstrettung und die Beschreibungen/Ausführungen der theoretischen und praktischen Befreiungsgriffe (auch in Form von Gruppenwettkämpfen) herangezogen werden.

**Nachhaltigkeit**

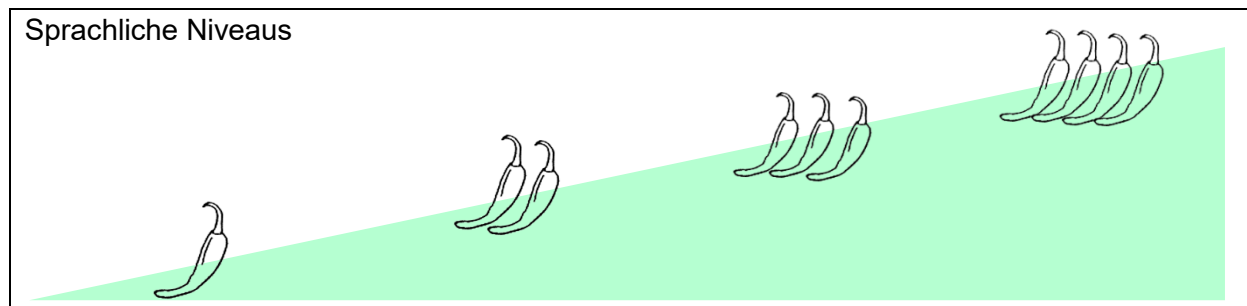
- Wasser sparen beim Duschen vor und nach dem Schwimmunterricht
- ZGB-Prinzip: zeitsparend, gründlich und bewusst duschen

# Anhang

## Sprachsensibler Fachunterricht: Sprachniveaus

Die Sprachniveaus des sprachsensiblen Fachunterrichts werden durch eine, zwei, drei oder vier Chilischoten symbolisiert. Die Niveaus umfassen die Bereiche Wortschatz, Formenlehre und Satzbau. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Wortschatz und Formen. Sprachliche Herausforderungen können unabhängig voneinander in allen Bereichen liegen.

- Eine Chilischote symbolisiert ein basales sprachliches Niveau. Dieses ist gekennzeichnet durch alltagssprachlichen Wortschatz, Ich- und Du-Formen sowie einfache Satzkonstruktionen (Hauptsätze).
- Zwei Chilischoten zeigen ein leicht fortgeschrittenes sprachliches Niveau an. Dieses umfasst alltagssprachlichen und in Ansätzen auch bildungssprachlichen Wortschatz. Fachsprache wird in wenigen Einzelfällen genutzt. Imperativ-Formen und zusammengesetzte Verben kommen vor. Charakteristisch sind ein Verbalstil sowie einfache Konstruktionen mit Haupt- und Nebensatz.
- Drei Chilischoten stehen für ein deutlich fortgeschrittenes bildungssprachliches Niveau. Der Wortschatz ist teilweise bildungssprachlich. Fachsprache wird in Ansätzen genutzt. Verwendet wird auch die Man-Form. Kennzeichnend sind Formulierungen, die teilweise einen Nominalstil enthalten, sowie komplexere Satzkonstruktionen (z. B. Einschübe, mehrere Nebensätze).
- Vier Chilischoten kennzeichnen eine umfassend entwickelte Bildungssprache. Der Wortschatz ist durchgängig bildungssprachlich mit hohen fachsprachlichen Anteilen. Passiv-Formen werden genutzt. Kennzeichnend sind ein Nominalstil sowie sehr komplexe Satzkonstruktionen (z. B. Schachtelsätze).



<b>Basales Sprachniveau:</b> <b>Schwerpunkt Alltagssprache</b>	<b>Leicht fortgeschrittenes Sprachniveau:</b> <b>von der Alltagssprache zur Bildungssprache</b>	<b>Fortgeschrittenes bildungssprachliches Niveau:</b> <b>Schwerpunkt Bildungssprache</b>	<b>Umfassendes bildungssprachliches Niveau:</b> <b>Schwerpunkt Bildungssprache</b>
---	--	---	---

Wortschatz*			
brauchen / nehmen	benötigen / bereitstellen / hinzufügen		
es gibt / ich sehe, dass	ich vermute, dass / ich denke, dass / es geht um	meine Vermutung ist / ich nehme an, dass / ich bin der Meinung, dass	

der Balken / das Schaubild zeigt ... viel / wenig / hoch / tief	der Balken steht für / das Thema des Schaubilds ist mehr / weniger / höher / niedriger am meisten / am wenigsten / am höchsten / am niedrigsten / doppelt so groß / halb so viel	die Werte steigen / auf dem Schaubild sieht man	mit Hilfe des Balkens kann man ... erkennen / die Werte stagnieren / es wird dargestellt, dass
Zeit: als Erstes / zuerst / dann / danach / später / zum/am Schluss Grund: weil / also Zweck: damit Art und Weise: dazu / also Gegensatz: aber	Zeit: anschließend / dabei Grund: deswegen / deshalb / darum / denn / da Zweck: so dass / dafür / dazu Art und Weise: dadurch Gegensatz: trotzdem / sondern	Zeit: während / zunächst / zuletzt / schließlich Grund: folglich Zweck: um ... zu ... Bedingung: wenn ..., dann ... / falls Gegensatz: obwohl / allerdings	Zeit: bevor / nachdem Art und Weise: indem Gegensatz: jedoch / dennoch / trotz

### Formen\*

Ich-Form Du-Form Infinitiv	Imperativ zusammengesetzte Verben	Man-Form	Passiv
----------------------------------	--------------------------------------	----------	--------

### Satzbau\*

Hauptsatz	einfache Hauptsatz-Nebensatz-Konstruktionen	komplexe Satzkonstruktionen (z. B. Einschübe, mehrere Nebensätze) Nominalstil	sehr komplexe Satzkonstruktionen (z. B. Schachtelsätze)
-----------	---	---	--

\*Die aufgeführten Chunks sind nicht ausschließlich, sondern als niveaubeschreibende Beispiele zu verstehen.

Die Darstellung der vier Sprachniveaus ermöglicht Lehrkräften, die sprachlichen Erwartungen für einzelne Lernende oder Gruppen gezielt zu differenzieren. Sie ermöglichen es, einen realistischen Erwartungshorizont zu Sprachrezeption und -produktion der Schülerinnen und Schüler zu entwickeln und können damit zum Beispiel auch für die konkrete Unterrichtsvor- und -nachbereitung bzw. die Erstellung von Leistungsnachweisen genutzt werden. Die Übersichtstabellen erleichtern auch die vorbereitenden Absprachen zwischen Sprachförder- und Fachlehrkräften.