



## Schulinternes Curriculum der Jahrgangsstufe 9 am städtischen Gymnasium Delbrück im Fach Sport

<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Wir machen und halten uns fit“ – gesundheits-funktionale Trainingsprogramme (Schwerpunkte Kraft, Kraftausdauer, Koordination) durchführen und beurteilen</b>
<b>Inhaltsfelder</b>	<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li></ul> <b>Inhaltsfeld:</b> f – Gesundheit <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)</li><li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f2)</li><li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f3)</li></ul>
<b>Kompetenzen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1],</li></ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1],</li><li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2],</li></ul> <b>UK:</b>



- gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1].

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

**BWK:**

- sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen [10 BWK 1.1],
- ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2],
- ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3].



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Leichtathletik mal anders...“:</b> - Alternative leichtathletische Wettbewerbe kennenlernen und durchführen (u.a. Orientierungslauf, Geocaching) und das Verständnis des Leistungsbegriffs im Sport am Beispiel eines alternativen Leichtathletikwettkampfes kritisch reflektieren
<b>Inhaltsfeld</b>	<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li></ul> <b>Inhaltsfeld:</b> d – Leistung  <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)</li><li>• Leistungsverständnis im Sport (d2)</li></ul>
<b>Kompetenzen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3],</li></ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• –</li></ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2].</li></ul> <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4].</li></ul>



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Turnen mal anders: Trendsportart Le Parcour“ – Wagnissituationen herbeiführen, bewältigen und reflektieren</b>
<b>Inhaltsfeld</b>	<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li></ul> <p><b>Inhaltsfeld:</b> c – Wagnis und Verantwortung</p> <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Handlungssteuerung (c1)</li><li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen (c2)</li></ul>
<b>Kompetenzen</b>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>SK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3],</li></ul> <p><b>MK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1],</li><li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2].</li></ul> <p><b>UK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• –</li></ul> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>BWK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1],</li></ul>



Städtisches Gymnasium Delbrück  
Schulinternes Curriculum Jahrgangsstufe 9  
**Sport**

- |  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3].</li></ul> |
|--|---|



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Wir spielen wieder Badminton“</b> – Technischen und taktische Fertigkeiten verbessern und im Einzelspiel anwenden sowie sportspielspezifische Bewegungsstrukturen und Lernwege von Bewegungen verstehen
<b>Inhaltsfelder</b>	<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Partnerspiele</li></ul> <b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)</li><li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)</li><li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a4)</li></ul>
<b>Kompetenzen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfvverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1],</li><li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2],</li></ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2],</li><li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3].</li></ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1],</li></ul>



- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2],
- den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3].

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

**BWK:**

- sportspielspezifische sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktischkognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1],
- in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kogn. Fähigkeiten u. technisch-kordin. Fertigkeiten in spielerisch-situationsorient. Handlungen anwenden [10 BWK 7.2].



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Wir spielen wieder Basketball“ – Technische Fertigkeiten (u.a. Korbleger) verbessern und fortgesetzte Fertigkeiten (z.B. Sprungwurf) erlernen sowie diese technischen und grundlegende taktische Fertig- und Fähigkeiten im Spiel 3:3 anwenden</b>
<b>Inhaltsfelder</b>	<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mannschaftsspiele</li></ul> <b>Inhaltsfelder:</b> <p>e – Kooperation und Konkurrenz a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)</li><li>• Interaktion im Sport (e2)</li><li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)</li><li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a4)</li></ul>
<b>Kompetenzen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2],</li></ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2],</li><li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3],</li><li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3].</li></ul> <b>UK:</b>



- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1],
- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2],
- den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3].

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

**BWK:**

- sportspielspezifische sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktischkognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1],
- in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kogn. Fähigkeiten u. technisch-koordin. Fertigkeiten in spielerisch-situationsorient. Handlungen anwenden [10 BWK 7.2].



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Wir fahren schnell... zu Wasser, zu Land, auf Eis, im Schnee etc.“ – Sich mit fahrenden, rollenden oder gleitenden Sportgeräten auseinandersetzen (z.B. Inline-Skaten, Wasserski, Waveboards, Schlittschuhlaufen, Skifahren)</b>
<b>Inhaltsfeld</b>	<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rollen, Fahren und Gleiten auf Rollgeräten, Wasser, Eis und Schnee</li></ul> <b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung  <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Handlungssteuerung (c1)</li><li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen (c2)</li></ul>
<b>Kompetenzen</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1],</li><li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c],</li><li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3],</li></ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1],</li></ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahren-momente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1].</li></ul> <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>



Städtisches Gymnasium Delbrück  
Schulinternes Curriculum Jahrgangsstufe 9  
**Sport**

**BWK:**

- sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [*10 BWK 8.1*],
- gerätspezifische, technisch-koord. Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren[ *10 BWK 8.2*].