



## 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>Zeitraum</b>	Ca. 18 Unterrichtsstunden	
<b>Inhaltsfelder</b>	<b>BF 1.5</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>f – Gesundheit</li> </ul> <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>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten, Elemente der Fitness</li> </ul>	
<b>Kompetenzen und</b>	<b>Vorhabenbezogene Absprachen und Empfehlungen</b>	
Die Schülerinnen und Schüler		
<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> </ul>		



- 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],

**UK:**

- 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>	„Leichtathletik mal anders...“: 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>Zeitraum</b>	Ca. 18 Unterrichtsstunden	
<b>Inhaltsfelder</b>	<p><b>BF 3.3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• d – Leistung</li> </ul> <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport (d2)</li> </ul> <p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	
<b>Kompetenzen und</b>	<b>Vorhabenbezogene</b>	<b>Absprachen und</b>
<b>Die Schülerinnen und Schüler</b>	<b>Empfehlungen</b>	<b>Empfehlungen</b>
<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>SK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3],</li> </ul> <p><b>MK:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• –</li> </ul> <p><b>UK:</b></p> <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>		



**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

**BWK:**

- alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4].



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Turnen mal anders: Trendsportart Le Parcour“ – Wagnissituationen herbeiführen, bewältigen und reflektieren</b>	
<b>Zeitraum</b>	Ca. 20 Unterrichtsstunden	
<b>Inhaltsfelder</b>	<p><b>BF 5.4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>c – Wagnis und Verantwortung</li> </ul> <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> <p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	
<b>Kompetenzen und</b>	<b>Vorhabenbezogene Absprachen und Empfehlungen</b>	
<p>Die Schülerinnen und Schüler</p> <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>		



- –

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

**BWK:**

- turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1],
- turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3].



<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>„Wir spielen wieder Badminton“ – Technischen und taktische Fertig- und Fähigkeiten verbessern und im Einzelspiel anwenden sowie sportspielspezifische Bewegungsstrukturen und Lernwege von Bewegungen verstehen</b>	
<b>Zeitraum</b>	<b>Ca. 18 Unterrichtsstunden</b>	
<b>Inhaltsfelder</b>	<p><b>BF 7.8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• e – Kooperation und Konkurrenz</li> <li>• a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</li> </ul> <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <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> <p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele</li> </ul>	
<b>Kompetenzen und</b>	<b>Vorhabenbezogene Absprachen und Empfehlungen</b>	
Die Schülerinnen und Schüler		
<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <p><b>SK:</b></p> <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> <p><b>MK:</b></p>		



- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2],
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3].

**UK:**

- 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, taktisch-kognitiv 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>	„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>Zeitraum</b>	Ca. 16 Unterrichtsstunden	
<b>Inhaltsfelder</b>	<b>BF 7.9</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• e – Kooperation und Konkurrenz</li><li>• a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</li></ul> <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>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Mannschaftsspiele</li></ul>	
<b>Kompetenzen und</b>		<b>Vorhabenbezogene Absprachen und Empfehlungen</b>
Die Schülerinnen und Schüler		
<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></ul>		



- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3],
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3].

#### **UK:**

- 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, taktisch-kognitiv 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].