



## **Schulinternes Curriculum für das Fach Sport**

**Schulinterner Lehrplan für das Fach Sport, verabschiedet am 30.04.19 von der Fachkonferenz Sport der Wilhelm-Raabe-Schule / Bremerhaven.**

Das schulinterne Curriculum der Wilhelm-Raabe-Schule für das Fach Sport orientiert sich am Bildungsplan für die Oberschule des Landes Bremen vom März 2012.

### **Pädagogische Schwerpunktsetzung**

Insbesondere der Sportunterricht ist geeignet für den Erwerb von sozialen Kompetenzen, wie Fairness und Teamarbeit. Dies hat für uns einen hohen Stellenwert.

Es geht uns um gemeinsames Sporttreiben, bei dem die Schülerinnen und Schüler lernen, die eigenen Stärken und Schwächen und die der Mitschülerinnen und Mitschüler zu akzeptieren und sich darauf einzustellen.

Der Sportunterricht erfolgt in allen Jahrgängen weitestgehend koedukativ. Je nach Lerngruppe und Lerngegenstand kann es jedoch sinnvoll sein Jungen und Mädchen phasenweise zu trennen. In den Jahrgängen 9 und 10 werden zum Teil Neigungsgruppen nur für Mädchen angeboten.

Wir möchten den Schülerinnen und Schülern Freude an der Bewegung vermitteln, die möglichst zu einem lebenslangen, aktiven Sporttreiben führen soll.

## **Inhaltliche Schwerpunktsetzung**

Die Vermittlung eines möglichst umfangreichen Bewegungsrepertoires und der Erwerb (bzw. Erhalt) einer grundlegenden Fitness und Ausdauer bilden den Kern des Sportunterrichts.

Unter den Sportarten kommt den Rückschlagspielen (Tennis, Tischtennis, Badminton) an der Wilhelm-Raabe-Schule eine besondere Bedeutung zu.

Für die Schülerinnen und Schüler gibt es verschiedene Möglichkeiten Erfahrungen im Bereich der Rückschlagspiele zu sammeln:

1. Während des Regelunterrichts der Klassen 5-8 werden Unterrichtseinheiten aus dem Bereich der Rückschlagspiele angeboten. In Klasse 5 und Klasse 6 ist mindestens eine UE verbindlich.
2. In den Jahrgangsstufen 9 und 10 haben die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit Neigungsgruppen zu den Sportarten Tennis, Tischtennis und Badminton anzuwählen.
3. In den Klassenstufen 6 und 7 können die Schülerinnen und Schüler zusätzlich zum regulären Sportunterricht ein Sportprofil im Umfang von 2 Unterrichtsstunden mit dem Schwerpunkt Rückschlagspiele anwählen.
4. Im Nachmittagsbereich bietet die Wilhelm-Raabe-Schule eine Tennis- sowie eine Tischtennis-Arbeitsgemeinschaft an.

<u>Jg</u>	<u>Thema</u>	<u>Inhaltskompetenz</u>	<u>Methodenkompetenz</u>	<u>Medienkompetenz</u>
5/ 6	<b>Fit sein und fit bleiben</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- eine angemessene ausdauernde Belastung zeitlich einteilen und durchhalten,</li> <li>- Körpersignale und Körperreaktionen in Anstrengung und Entspannung wahrnehmen und deuten,</li> <li>- partnerschaftlich agieren und sich in sportliche Aktivitäten integrieren.</li> </ul>	Die SuS können allgemeine Aufwärmprinzipien (Allgemeine Erwärmung, funktionelle Kräftigung) allein und in der Gruppe anwenden.	
	<b>Spielen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bisher erworbene allgemeine Spielfähigkeiten in das entsprechende Spielgeschehen einbringen,</li> <li>- spielspezifische Situationen erkennen und darauf adäquat reagieren,</li> <li>- Spielregeln aushandeln, umsetzen und ggf. verändern,</li> <li>- festgelegte Spielregeln einhalten,</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen akzeptieren</li> </ul>	Die SuS können einfache Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) durchführen.	
	<b>Laufen, Springen, Werfen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Kurzstrecke in schnellem Tempo mit hoher Schrittfrequenz zurücklegen,</li> <li>- bei Dauerlaufstrecken ihr eigenes Tempo durchhalten,</li> <li>- unterschiedliche einfache Möglichkeiten von Anlauf, Absprung und Landung demonstrieren</li> <li>- Grundelemente der Bewegungsausführungen zum Weit- und Zielwerfen benennen und diese angemessen zur Steigerung ihrer Wurfleistung einsetzen,</li> <li>- sich in Wettkämpfen angemessen verhalten.</li> </ul>	Die SuS können leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen. Die SuS können leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden.	

## **Bewegen an Geräten**

- über vielfältige, ungebundene Bewegungsformen an Geräten verfügen,
- grundlegende Bewegungsfertigkeiten an ausgewählten Turngeräten ausführen,
- Hilfestellung leisten und annehmen,
- beim Auf- und Abbau der Geräte mithelfen.

Die SuS können Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen.  
Die SuS können durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Gestaltungsaufgaben lösen  
Die SuS können grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen anwenden.

7/ 8	<b>Fit sein und fit bleiben</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die eigene Leistungsfähigkeit erfahren, - allein und in Kooperation mit anderen die eigene sportliche Leistungsfähigkeit verbessern, - sich auf Ausdaueranforderungen einlassen und die Ausdauer durch Training verbessern, - sich bewegungsspezifisch erwärmen.</li> </ul>	Die SuS können grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.	
	<b>Spielen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- spielspezifische Angriffs- und Verteidigungshandlungen erkennen und darauf situationsadäquat reagieren,</li> <li>- spielbezogen miteinander kommunizieren und kooperieren,</li> <li>- mit Konfliktsituationen umgehen.</li> </ul>	<p>Die SuS können</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren und eigenverantwortlich durchführen.</li> <li>- grundlegende Spielregeln nennen und ihre Funktionen beschreiben.</li> </ul>	
	<b>Laufen, Springen, Werfen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- allgemeine Grundfertigkeiten in den leichtathletischen Disziplinen anwenden und weiter entwickeln,</li> <li>- den Körper beschleunigen und die Geschwindigkeit über die Kurzstrecken halten,</li> <li>- - zunehmend längere Strecken im individuellen Tempo ohne Unterbrechung laufen,</li> <li>- nach vorgegebenen Kriterien komplexere Möglichkeiten von Anlauf, Absprung und Landung kennen und durchführen,</li> <li>- funktionale Bewegungsausführungen zum Weit- und Zielwerfen sowie zum Stoßen benennen und diese zur eigenen</li> </ul>	Die SuS können unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren.	

		Leistungssteigerung nutzen.		
	<b>Bewegen an Geräten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– in Kooperation mit anderen Großgeräte auf- und abbauen,</li> <li>– verantwortungsbewusst Helfen und Sichern, unter Rückgriff auf Grundfertigkeiten im Balancieren, Rollen und Springen, Bewegungsaufgaben lösen.</li> </ul>	Die SuS können den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen.	
9/ 10	<b>Fit sein und fit bleiben</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Verbesserungen ihrer physiologischen Leistungsfähigkeit wahrnehmen und in Trainingsplänen dokumentieren,</li> <li>– durch angeleitetes Krafttraining Fehlbelastungen vermeiden,</li> <li>– die Angemessenheit der Belastungswerte überprüfen und korrigieren.</li> </ul>	Die SuS können grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben	
	<b>Spielen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Bewegungsabläufe beschreiben,</li> <li>– die zu Grunde liegende Spielidee erkennen und die dem Spiel zugehörigen Spielregeln einhalten,</li> <li>– Schiedsrichteraufgaben eigenständig durchführen und Schiedsrichterentscheidungen akzeptieren.</li> </ul>	Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach vereinfachtem Regelwerk übernehmen. spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden.	
	<b>Bewegen im Wasser</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– sich in mehreren Schwimmlagen entsprechend den situativen Anforderungen sicher im Wasser fortbewegen,</li> <li>– die Bewegungsmerkmale einer Schwimmlage benennen,</li> <li>– über unterschiedliche Techniken des Sportschwimmens verfügen,</li> <li>– Gefahrensituationen beim Schwimmen einschätzen</li> </ul>	einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen.	

