

Unterrichtsinhalte

Obligatorische Stundenverteilung im Fach Sport

Sekundarstufe 1

Der Sportunterricht wird in der Jahrgangsstufe 5 vierstündig den Jahrgangsstufen 6, 7 und 8 dreistündig erteilt. In der Jahrgangsstufe 9 findet der Sportunterricht zweistündig statt.

Die Zuordnung der Unterrichtsvorhaben der verschiedenen Inhaltsbereiche zu den Jahrgangsstufen, sowie die Schwerpunktsetzungen innerhalb einzelner Inhaltsbereiche ergeben sich aus den auf den folgenden Seiten dargestellten Übersichten. Dabei sind insbesondere folgende Überlegungen leitend gewesen:

- Die Hallenbadbenutzung ist für jede Klasse in drei Halbjahren möglich. Die Fachkonferenz entscheidet sich für das Schwimmen in jeweils einem Vierteljahr /Halbjahr der Jahrgangsstufen 5, 7, und 9. Der Schwimmunterricht wird in Doppelstunden unterrichtet.
- In der Jahrgangsstufe 7 werden vier Sport-Wahlpflichtbereiche im zweiten Halbjahr zweistündig zum regulär zweistündig stattfindenden Sportunterricht angeboten. Die obligatorischen Sportspiele, Fußball, Badminton und Basketball sowie der Sportbereich Gestalten, Tanzen, Darstellen werden vertiefend behandelt.
- Badminton soll dann allerdings erst in den Jahrgangsstufen 8 und 9 einen Schwerpunkt bilden. Regelkompetenz erwerben die SchülerInnen bereits in den Jahrgängen 7 und 8.
- In der Jahrgangsstufe 9 findet ein Schullandheimaufenthalt zum Wintersport in den Alpen statt. Durch entsprechende funktionelle Gymnastik werden die Schüler und Schülerinnen in dieser Jahrgangsstufe auf die Skifahrt vorbereitet.
- In den Unterstufenjahrgängen 5 bis 7 finden jährlich Bundesjugendspiele statt. Für die Jahrgänge 8 bis 9 werden sportartbezogene Wettkämpfe und Turniere angeboten.

- Eine Laufveranstaltung wird zur Zeit der Bundesjugendspiele als Sponsorenlauf durchgeführt (Friedenslauf für die Stufe 10).
- Für die Unterstufe wird ein Spieltag angeboten, der von Tutoren und Klassen des Jahrgangs 10 durchgeführt wird.
- In allen Sportspielen erfolgt die Teilnahme am Landessportfest der Schulen an ausgeschriebenen Wettkämpfen und Turnieren.
- Ein Sportabzeichenwettbewerb findet in den Jahrgangsstufen 5, 6 und 7 statt.
- Auf dieser Grundlage sind die Vereinbarungen der Fachkonferenz über die inhaltliche Konkretisierung der obligatorischen und zusätzlichen Unterrichtsvorhaben getroffen worden.

Jahrgangsstufe 5 / 6
Sport begreifen“

In allen Unterrichtsvorhaben sind immanent enthalten: „Wissen erwerben und

| Inhaltsbereiche | Pädagogische Perspektiven | Unterrichtsvorhaben | Zeitl. Umfang |
|--|---------------------------|---|--------------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A, B, E | Hindernisse überwinden, im Gleichgewicht sein – balancieren, in einer Gruppe/mit einem Partner synchron sich bewegen | 15 |
| Das Spielen entdecken und Freiräume nutzen | A, E, D | Lauf- und Fangspiele, Kleine Spiele mit Bällen und anderen Spielgeräten, Volkstümliche Spiele, auch solche aus anderen Kulturen | 10 |
| Laufen, Springen, Werfen, Leichtathletik | A, D, E, F | Techniken des Weitsprungs, Starttechnik und Sprinttechnik, Dauerlauf, Wurftechnik | 15 |
| Bewegen im Wasser Schwimmen | A, D, F, E, D | Gleiten in Brust und Rückenlage, Technik des Brustschwimmens, Brust- und Rückenkraul, Brustwende, Sprunggrundschule | 20 + 20 je Quartal |
| Bewegen an Geräten – Turnen | A, B, C | Rollen, Gerätebahnen durch Springen überwinden, Grundlagen des Bodenturnens | 20 |

| | | | |
|---|------|--|----|
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz Bewegungskünste | A, B | Rhythmusschulung und Raumorientierung, Konditionsgymnastik mit dem Seil, Erarbeiten von einfachen Bewegungsformen zu rhythmischer Begleitung | 15 |
|---|------|--|----|

| | | | |
|--|-----------------|---|-----------------|
| Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele | A, D, E | Balltechnische Grundlagen, technische und taktische Grundsichule des Handballspiels, Basketball und Fußball, Regelkunde | 25 |
| Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport | Vgl. Jg. 9 / 10 | Vgl. Jg. 9 / 10 | Vgl. Jg. 9 / 10 |
| Ringcn und Kämpfen – Zweikampfsport | A, C, D, E | Kleine Kampfspiele, z. B. Möhrenziehen, etc. | 5 |

145 Stunden

Jahtagangstufe 7/8
Sport begreifen“

In allen Unterrichtsvorhaben sind immanent enthalten: „Wissen erwerben und

| Inhaltsbereiche | Pädagogische Perspektiven | Unterrichtsvorhaben | Zeitl. Umfang |
|--|---------------------------|---|---------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | A | Aufwärmen u. a. durch Tanzschrittkombinationen, Synchronbewegungen beim Aufwärmen und Turnen, Stretching, Rückenschule, Spannung, Entspannung | 10 |
| Das Spielen entdecken und Freiräume nutzen | A, E | Neue Spielformen: Hockey, Indiaca, Frisbee | 5 |
| Laufen, Springen, Werfen, Leichtathletik | A, D, E, F | Laufen, Aufwärmprogramme, Hoch- und Weitsprung, Wurf- und Stoßtechnik, | 15 |
| Bewegen im Wasser Schwimmen | A, D, E, F | Einführung einer 2. Schwimmlage und Verbessern der in Jg. 5 eingeführten Schwimmlage; Wassersprünge, Startsprünge und Wenden | 20+20 |
| Bewegen an Geräten – Turnen | A, B, C, D | Synchron und gemeinsam mit Partnern turnen | 15 |
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz Bewegungskünste | A, B, C, D | Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen, Elementare Formen der Wettkampfgymnastik mit Geräten | 10 |
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | E, D | Handball, Basketball, Fußball, Volleyball und Hockey: technische und taktische Grundschule; üben, | 45 |

| | | | |
|---|------------|---|----|
| | | anwenden und vertiefen. | |
| Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport Ringen und Kämpfen – Zweikampf | A, C, D, F | Vgl. AG-Broschüre des EG, Übergreifende Unterrichtsprojekte und Wettkämpfe | 10 |

150 Stunden

Jahrgangstufe 9
Sport begreifen“

In allen Unterrichtsvorhaben sind immanent enthalten: „Wissen erwerben und

| Inhaltsbereiche | Pädagogische Perspektiven | Unterrichtsvorhaben | Zeitl. Umfang |
|--|---------------------------|--|---------------|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | B | Verbessern der Bewegungskoordination und Gleichgewichtsfähigkeit, Körpererfahrung durch Stretching, Spannung/Entspannung, Aufwärmprogramme | 5 |
| Das Spielen entdecken und Freiräume nutzen | A, E | New games | 5 |
| Laufen, Springen, Werfen, Leichtathletik | D, F | Das Laufen erfahren, Trainingsgestaltung (Grundlagen), Ausdauerverbesserung, Kugelstoßen, Hochsprungtechniken, | 15 |

| | | | |
|---|---------|--|----|
| | | Weitsprungtechniken | |
| Bewegen im Wasser Schwimmen | C, D, F | Verbesserung von Brust-, Kraulschwimmen und Rückenkraul, Einführung Delphin Verbesserung von Sprungtechniken, Rettungsschwimmen | 20 |
| Bewegen an Geräten – Turnen | A, B, C | Gerätebahnen, Wettkämpfe an Geräten und Gerätekombinationen gestalten, Akrobatik | 15 |
| Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz Bewegungskünste | A, B, D | Skigymnastik (Klasse 10), Gestaltung von Tänzen, Elementare Formen der Wettkampfgymnastik mit Geräten | 15 |
| Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele | D, E | Badminton, Volleyball, Basketball, Fußball, Hockey, Kritischer Umgang mit dem Regelwerk, old games (z. B. Prellball, Faustball), üben, anwenden und vertiefen von technischen und taktischen Grundfertigkeiten der genannten Sportspiele | 15 |
| Gleiten, Fahren, Rollen – | A, C | Einführung bzw. Vertiefung | 5 |

| | | | |
|---------------------------------------|------------|--|---|
| Rollsport, Bootssport, Wintersport | | der Techniken des alpinen Skilaufs, Verhalten in der Natur (Freizeit und Umwelt) | |
| Ringens und Kämpfen – Zweikampf | A, C, D, F | Vgl. AG-Broschüre des EG, Übergreifende Unterrichtsprojekte und Wettkämpfe | 5 |

100 Stunden

Pädagogische Perspektiven auf den Sport in der Schule – das Einhard-Gymnasium Aachen

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)

Bewegungsaufgaben, z.B. Anforderungen an Gleichgewichts- und Spannungsregulierung, Auge-Hand-Koordination und räumliches Sehen

Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)

Ich bin mehr als mein Körper!

... mit der Bewegung spielen, sich über Bewegungen ausdrücken und Bewegungsideen gestalten. Diese pädagogische Perspektive bietet unter anderem auch eine Chance für Kooperation, soziales Lernen und die Erfahrung von Gemeinschaft

Etwas wagen und verantworten (C)

z. B. lernen die SchülerInnen den Umgang mit Angst, Angst zu überwinden und auch zu seiner Angst zu stehen.

Die SchülerInnen sollen lernen, Risiken zu erkennen, einzuschätzen und in den jeweiligen Situationen angemessen zu handeln.

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

Das Fördern der Lern- und Leistungsbereitschaft

Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)

Herausforderungen bieten regelmäßige Parteispiele, von kleinen Spielen und Wettkampfvarianten bis hin zu Sportspielen und Wettkämpfen nach den Regeln der Sportverbände. SchülerInnen lernen das soziale Miteinander in den typischen Situationen des Sports zunehmend selbstständig und verantwortungsvoll zu regeln.

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein vermitteln (F)

SchülerInnen lernen, den Sinn von Gesundheitserziehung im Sport, indem sie ihre Fitness verbessern können, sich mit ihrem Körper auseinander setzen und ihn durch Training verändern. Es kann ihr Interesse finden, ihre sportliche Aktivität unter gesundheitlichen Gesichtspunkten zu beurteilen und, wenn angezeigt, zu korrigieren.