



SCHULCURRICULUM

SPORT

FÜR DIE SEKUNDARSTUFE I
JAHRGANGSSTUFEN 5 BIS 10

Inhalt

1. Vorbemerkungen	1
2. Informationen und Formalien zum Unterricht	1
2.1 Unterricht laut Stundentafel.....	1
2.2 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung.....	2
2.3 Konzept von Inhalt und Verteilung der Bewegungsfelder	3
3. Verteilung der Bewegungsfelder auf die Jahrgangsstufen	5
4. Jahresplanung der Bewegungsfelder.....	6
5. Jahrgangsaufteilung	7
5.1 Jahrgang 5.....	7
5.2 Jahrgang 6.....	11
5.3 Jahrgang 7.....	14
5.4 Jahrgang 8.....	19
5.5 Jahrgang 9.....	23
5.6 Jahrgang 10	27
6. Leistungstabellen der Leistungsüberprüfungen.....	30
6.1 Bewegungsfeld: Spielen.....	30
6.2 Bewegungsfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen.....	31
6.3 Bewegungsfeld: Turnen und Bewegungskünste	33
6.4 Bewegungsfeld: Gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung.....	42
6.5 Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen	43
6.6 Bewegungsfeld: Kämpfen	46
7. Literaturverzeichnis.....	47

1. Vorbemerkungen

Das Schulcurriculum versteht sich nicht als fertiges Unterrichtskonzept, sondern als dynamisches Curriculum, das einer fortlaufenden Entwicklung unterliegt. Die vorliegende Fassung gibt ausgewählte, verbindliche Inhalte vor. Diese stellen sicher, dass die im Kerncurriculum genannte Mindestzahl Bewegungsfelder abgedeckt und alle geforderten Kompetenzen erfüllt werden können. Eine Verlagerung von Inhalten dieser Bewegungsfelder von einer Jahrgangsstufe in eine andere sollte im Hinblick auf mögliche Rückgänger vermieden werden, ist aber aufgrund von organisatorischen Zwängen prinzipiell möglich. Das Bewegungsfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“ (vgl. 5.5 Jahrgang 9), die Sportart Tischtennis (vgl. 5.4 Jahrgang 8), die aufgeführten Jahrgangsturniere und Bundesjugendspiele (vgl. 4. Jahresplanung der Bewegungsfelder) sind stark abhängig von organisatorischen Gegebenheiten und können dementsprechend nicht immer gewährleistet werden. Über diese verbindlichen Vorgaben hinaus liegt es im Gestaltungsspielraum der einzelnen Lehrkräfte, in Absprache mit der jeweiligen Lerngruppe weitere Bewegungsfelder zu thematisieren oder Inhalte niedrigerer Jahrgangsstufen im Sinne eines Spiralcurriculums zu vertiefen, um ein erfolgreiches Mitarbeiten der Schüler in den Sportkursen der gymnasialen Oberstufe zu unterstützen. In Absprache mit den örtlichen Grundschulen ist außerdem festgelegt, dass die Unterrichtsreihen der Jahrgangsstufe 5 und 6 noch nicht fest auf bestimmte Sportarten fixiert sind. Vielmehr soll hier eine allmähliche Hinführung zu den *Großen Sportspielen* bzw. *Disziplinen* erfolgen, die eine vielseitige und breite Schulung der allgemeinen koordinativen Fähigkeiten ermöglicht. Dies soll in der Unterrichtspraxis z. B. durch die Verwendung von Spielreihen und Übungsformen aus dem Bereich der so genannten *Kleinen Spiele* erfolgen; diese Reihen sind aber mit Bezug zu Bewegungsfeldern an die *Großen Sportspiele* angelehnt. Eine frühzeitige Einschränkung der Bewegungskompetenzen und Spezialisierung der Schüler wird hierdurch vermieden. Aufgrund dieser Breite und da die konkreten Inhalte dieser Unterrichtsreihen vom Vorwissen der Schüler abhängig sind, können sie nur übergreifend formuliert werden. Hier besteht seitens der Fachlehrer die Notwendigkeit, das Vorwissen zu ermitteln und sowohl didaktisch als auch methodisch sinnvolle Zugänge zu finden.

2. Informationen und Formalien zum Unterricht

2.1 Unterricht laut Stundentafel

Die Stundenzahl beträgt in den Jahrgängen der Sekundarstufe I laut Stundentafel zwei Wochenstunden pro Halbjahr. Diese werden am Gymnasium Papenburg in Form einer Doppelstunde (DS) von einer Lehrkraft im Klassenverband ausgebracht. Diese Organisationsform wird im

Schwimmunterricht ggf. durchbrochen, da hier der Erlasslage Rechnung getragen werden muss. Der Schwimmunterricht wird in Abhängigkeit der Schülerzahl nach Vorgabe der *Bestimmungen für den Schulsport* (Niedersachsen, 2023) grundsätzlich von 2 Lehrkräften pro Klasse erteilt.

2.2 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Die sportpraktischen Leistungen stellen einen wesentlichen Bestandteil der Gesamtnote dar. Am Gymnasium Papenburg fließen bewegungsbezogene Leistungen mit 75 Prozent ein. Bei der Notenfindung der sportpraktischen Leistungen werden die folgenden Bezugsnormen angemessen berücksichtigt: Die Sachnorm (Erfüllung der im Kerncurriculum Sport genannten Kompetenzen), die Individualnorm (Differenz zwischen der individuellen Anfangs- und Endleistung unter Berücksichtigung persönlicher Ausgangsbedingungen) und die Sozialnorm (Relation der festgestellten Leistung im Vergleich zur Gruppe). Der Sachnorm kommt logisch und zeitlich die vorrangige Bedeutung zu, da sich Individual- und Sozialnorm auf die Erfüllung der Sachanforderungen beziehen. Die sportpraktischen Leistungen sollen pro Halbjahr zusätzlich zur kontinuierlichen Beobachtung der Schüler im Unterricht durch mindestens zwei Leistungsüberprüfungen in unterschiedlichen Bewegungsfeldern ermittelt werden (vgl. 5. Jahrgangsaufteilung). Für die Leistungsüberprüfungen gelten die schulinternen Leistungstabellen (vgl. 6. Leistungstabellen der Leistungsüberprüfungen).

Der Rest der Gesamtnote ergibt sich aus sonstigen Leistungen, hierzu gehören z.B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch
- mündliche bzw. schriftliche Überprüfungen
- schriftliche Ausarbeitungen
- Unterrichtsdokumentationen (z. B. Protokoll, Lernbegleitheft, Lerntagebuch, Portfolio usw.)
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. durch Einsatz von Multimedia, Plakat, Modell usw.)
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten und deren Darstellung
- verantwortungsvolle Zusammenarbeit im Team
- Langzeitaufgaben und Lernwerkstattprojekte
- freie Leistungsvergleiche (z. B. Schülerwettbewerbe).

Besteht eine gesundheitliche Beeinträchtigung, entscheidet bei Sportunterricht die Lehrkraft nach Rücksprache mit der Schülerin bzw. dem Schüler und unter Berücksichtigung einer ggf. vorliegenden ärztlichen Bescheinigung über alternative Teilnahmemöglichkeiten bzw. Ersatzleistungen. Möglich sind unter anderem: Wortbeiträge in Gesprächs- und Gruppenarbeitsphasen, Hilfeleistung beim Auf- und Abbau, Betreuung von Stationen und Hilfestellung, Erarbeitung von Aufwärmsequenzen, Schiedsrichtertätigkeiten, Unterrichtsdokumentation, Beobachtungs- und Reflexionsaufgaben, thematisch angelehnte schriftliche Ausarbeitungen (Bestimmungen für den Schulsport, 2023).

2.3 Konzept von Inhalt und Verteilung der Bewegungsfelder

Das Konzept der zeitlichen Verteilung (vgl. 3. Verteilung der Bewegungsfelder auf die Jahrgangsstufen) und inhaltlichen Gestaltung der Bewegungsfelder (vgl. 5. Jahrgangsaufteilung) im Fach Sport am Gymnasium Papenburg basiert auf den Prinzipien Variabilität und Wiederholung, Geschlossenheit und Offenheit sowie der engen Verzahnung von Sportunterricht und außerunterrichtlichem Sport.

Variabilität und Wiederholung: Die Verteilung der Bewegungsfelder ist darauf ausgelegt, durch den Einsatz vielfältiger Sportarten und Disziplinen möglichst unterschiedliche Bewegungserfahrungen zu ermöglichen. Dabei wird nach dem Prinzip des Spiralcurriculums gearbeitet: Die Lerninhalte und Kompetenzen – wie allgemeine und spezielle Spielfähigkeit oder sportmotorische Fähigkeiten – werden systematisch vertieft und weiterentwickelt. So wird ein nachhaltiger Kompetenzaufbau erreicht, der sowohl die inhaltlichen als auch die prozessbezogenen Kompetenzen fördert.

Geschlossenheit und Offenheit: Die Bewegungsfelder und Sportarten werden innerhalb der Jahrgangsstufen bewusst geplant, um Dopplungen zu vermeiden und sicherzustellen, dass eine breite Vielfalt an Sportarten abgedeckt wird. Dennoch bleibt Raum für Flexibilität: Beispielsweise können in Jahrgangsstufe 5 Kleine Spiele, in Jahrgangsstufe 7 eine freie Themenwahl im Bereich der Sportspiele oder in Jahrgangsstufe 9 die Wahl einer Individualsportart integriert werden. Diese offene Gestaltung unterstützt die Interessen und Entwicklung der Schülerinnen und Schüler, während die Jahresplanung eine einheitliche zeitliche Orientierung bietet. Die Unterrichtseinheiten sind in ihrer Länge variabel und nehmen insgesamt 60–80 % der fachlichen Ausgestaltung ein, was den Lehrkräften Freiräume für die individuelle Anpassung des Unterrichts lässt. Gleichzeitig wird durch die Jahresplanung ein gemeinsames Vorgehen zur Kompetenzentwicklung innerhalb der Jahrgangsstufen sichergestellt, das auch den Austausch zwischen den Lehrkräften fördert.



Sportunterricht und außerunterrichtlicher Sport: Eine enge Verzahnung von Sportunterricht und außerunterrichtlichen Sportaktivitäten ist ein zentraler Bestandteil des Konzepts. Die Jahresplanung ermöglicht eine thematisch abgestimmte Vorbereitung auf mögliche schulinterne Veranstaltungen wie Turniere oder Bundesjugendspiele. Indem bestimmte Bewegungsfelder zeitgleich behandelt werden, können jahrgangsinterne Schulturniere in den Unterricht eingebunden werden. Durch die systematische Verteilung und Wiederholung der Bewegungsfelder über die Jahrgangsstufen hinweg erleben die Schülerinnen und Schüler verschiedene sportliche Inhalte in unterschiedlichen Entwicklungsphasen. Dies ermöglicht nicht nur eine vertiefte Auseinandersetzung mit den Bewegungsfeldern, sondern auch die gezielte Talentsichtung für außerunterrichtliche Wettkämpfe oder Wettbewerbe wie „Jugend trainiert für Olympia“ oder Förderprogramme wie die „Schwimm-Förder-AG“.



3. Verteilung der Bewegungsfelder auf die Jahrgangsstufen

		Jhg. 5	Jhg. 6	Jhg. 7	Jhg. 8	Jhg. 9	Jhg. 10
Spielen		40 DS	40 DS	40 DS	40 DS	40 DS	40 DS
Zielschussspiele	Basketball (BB)	Kleine Spiele			X		
	Fußball / Futsal (FB)	Kleine Spiele	X				
	Handball (HB)	Kleine Spiele		X			
Rückschlagspiele	Badminton (BA)	Kleine Spiele				X	
	Tischtennis (TT)	Kleine Spiele			X		
	Volleyball (VB)	Kleine Spiele					X
Endzo- nen- spiele	Ultimate Frisbee, Rugby, Flagfootball, Lacrosse (ES)	Kleine Spiele				X	
Laufen, Springen, Werfen (LA)		X		X		X	
Gymnastisches und tänzerisches Bewegen (GT)		X		X			
Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen (SW)			X				X
Turnen und Bewegungskünste (TU)			X		X		X
Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (RG)		X				X	
Kämpfen (KÄ)				X	X		



4. Jahresplanung der Bewegungsfelder

Jahresplanung						
Jahrgang 5		vor den Herbst- ferien/ Osterfe- rien		vor den Win- terferien/ Pfingstferien		vor den Zeugnis- konferenzen/Som- merferien
1.HJ	1. Kleine Spiele (Sportspiel) (6-8DS) Völkerballturnier		2. Tanzen mit Gerät (4-6DS)		3. Rollen und Gleiten (1-2DS)	
2.HJ	4. Kleine Spiele (Rückschlag) (6-8DS)		5. Leichtathletik (6-8DS) BJS Leichtathletik			
Jahrgang 6						
1.HJ	1. Schwimmen (20DS) BJS Schwimmen					
2.HJ	2. Turnen (6-8DS)		3. Fußball (6-8DS)		Fußballturnier	
Jahrgang 7						
1.HJ	1. Handball (6-8DS) Handballturnier		2. Tanzen ohne Gerät (4-6DS)		3. Kämpfen (1-2DS)	
2.HJ	4. Thema: Spiele (6-8DS)		5. Leichtathletik (6-8DS) BJS Leichtathletik			
Jahrgang 8						
1.HJ	1. Kämpfen (6-8DS)		2. Basketball (6-8DS) Basketballturnier			
2.HJ	3. Turnen (6-8DS) BJS Turnen		4. Tischtennis (6-8DS)			
Jahrgang 9						
1.HJ	1. Endzonenspiel (6-8DS)		2. Thema: Individualsportart (6-8DS)		3. Rollen und Gleiten (1-2DS)	
2.HJ	3. Badminton (6-8DS) Badmintonturnier		4. Leichtathletik (6-8DS) BJS Leichtathletik			
Jahrgang 10						
1.HJ	1. Turnen (6-8DS)		2. Volleyball (6-8DS) Volleyballturnier			
2.HJ	3. Schwimmen (20DS) BJS Schwimmen					

5. Jahrgangsaufteilung

5.1 Jahrgang 5

Jahrgang 5		
1. Kleine Spiele – Zielschuss- und Endzonenspiele (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spiele • Völkerballvariationen • Selbstentwickeltes Kleines Spiel • Kleine Spiele zur Vorbereitung auf Handball, Fußball und Basketball Einführung von Grundtechniken • Dribbling mit Hand und Fuß • Pass (Wurf/Schuss) • Annahme (Fangen/Stoppen) • Zielwurf/Zielschuss Einführung von Grundtaktiken • Schulung des mannschaftlichen Zusammenspiels (Kommunikation, Verteilung von Aufgaben) • Einfache Offensivtaktiken (Raumnutzung, Freilaufen) • Einfache Defensivtaktiken (Positionierung zum Ball, Ballkontrolle)	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen ein selbst entwickeltes Kleines Spiel • wenden elementare Spielregeln an • wenden grundlegende Techniken von Sportspielen in spielgemäßen Situationen an	• erkennen Strukturelemente und Regeln eines Kleinen Spiels • erkennen einfache taktische und technische Anforderungen eines Sportspieles
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen unter Berücksichtigung von Schiedsrichterentscheidungen	• erkennen den Nutzen von Schiedsrichterentscheidungen und akzeptieren diese
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Prüfungsformat 3: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Jahrgangsturnier: Völkerball		



Jahrgang 5		
2. Gymnastisches und tänzerisches Bewegen – Mit Gerät (4-6DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Bewegungen mit einem Gerät/Material gestalten • z.B. Seilspringen, Ballkorbics oder Gummitwist • Rhythmuschulung Einführung von verschiedenen Elementen • Einführung verschiedener Sprünge/ Schritte Erarbeitung einer Kür • Entwicklung einer Einzel-, Partner- oder Gruppenkür	Bewegungen rhythmisieren und Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen Bewegungen rhythmisch aus • setzen Rhythmus in Bewegung um	• erkennen unterschiedliche Rhythmen
	Bewegungen mit (alternativen) Geräten/Material gestalten Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen Grundbewegungsformen mit einem (alternativen) Gerät/Material aus • präsentieren eine Partner- oder Gruppenchoreografie mit Geräten	• kennen gymnastische Grundbewegungsformen bezogen auf Geräte/ Material und setzen sie spezifisch ein • besitzen Methodenkenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Partner- oder Gruppenchoreografie mit Geräten
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Einzel-, Partner- oder Gruppenkür (vgl. 6.4 Bewegungsfeld: Gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung).		

Jahrgang 5		
3. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (1-2DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Bewegungserfahrungen auf einem rollenden oder gleitenden Gerät • z.B. Rollbrettführerschein	Bewegungen des Rollens und Gleitens ausführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• bewegen sich kontrolliert mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fort • ändern gezielt die Richtung, beschleunigen und bremsen	• stellen grundlegende Bewegungsanforderungen beim Rollen oder Gleiten fest
	Naturnahe und öffentliche Räume mit angemessenem und rücksichtsvollem Verhalten nutzen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• halten grundlegende Sicherheitsregeln ein	• erkennen die Notwendigkeit von vereinbarten Sicherheitsregeln



Jahrgang 5		
4. Kleine Spiele – Rückschlagspiele (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spiele • Ball über die Schnur • Kleine Spiele zur Vorbereitung auf Volleyball, Badminton und Tischtennis Einführung von Grundtechniken • Bereitschaftshaltung • Fangen • Werfen • Volley-Spielen Einführung von Grundtaktiken • Erproben und Reflektieren unterschiedlicher Aufstellungen	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen ein selbst entwickeltes Kleines Spiel • wenden elementare Spielregeln an • wenden grundlegende Techniken von Sportspielen in spielgemäßen Situationen an	• erkennen Strukturelemente und Regeln eines Kleinen Spiels • erkennen einfache taktische und technische Anforderungen eines Sportspieles
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen unter Berücksichtigung von Schiedsrichterentscheidungen	• erkennen den Nutzen von Schiedsrichterentscheidungen und akzeptieren diese
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		



Jahrgang 5		
5. Laufen, Springen, Werfen (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Disziplinen • 50m Sprint • Weitsprung • Schlagballwurf (80g) • 800m Einführung von Grundtechniken • Sprinttechnik • Schlagwurf • Hocksprung	Individuelles Lauftempo an Streckenlänge, verschiedene Untergründe und Bedingungen anpassen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• Laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung	• schätzen ihr persönliches Belastungsempfinden ein
	Auf kurzer Strecke schnell laufen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo • erproben unterschiedliche Starttechniken	• vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken
	Weit werfen bzw. stoßen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• werfen einen Schlagball aus der Wurfauslage möglichst weit	• beschreiben und erkennen Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und bei anderen
	In die Weite und Höhe springen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• springen nach einem Anlauf aus einer Absprunzzone weit • erproben unterschiedliche Sprungformen.	• erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Weitsprungtechniken • beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Weitsprungtechniken
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Quantitative Messung von zwei Disziplinen anhand der gegebenen Wertungstabellen (vgl. 6.5 Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Bundesjugendspiele: Leichtathletik		

5.2 Jahrgang 6

Jahrgang 6		
1. Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen (20DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Allgemeine Wassersicherheit • Geöffnete Augen im/unter Wasser • Durch die Nase ins Wasser ausatmen können • Sicher im Tiefen schwimmen können Einführung von Grundtechniken • Brustschwimmen • Rückenkräulen Einführung von speziellen Schwimmfertigkeiten • Startsprung vom Beckenrand oder Startblock • Mindestens zwei unterschiedliche Sprünge vom 1-Meter-Brett • 15 Minuten Dauerschwimmen • Streckentauchen • Transport eines Gegenstandes/ einer Person allein und gemeinsam	Sich schwimmend im Wasser fortbewegen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• demonstrieren das Schwimmen in einer Gleichzug- oder einer Wechselzugtechnik • schwimmen 15 Minuten ausdauernd • führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus	• schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage
	Springen und Tauchen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett • orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort	• vergleichen die Anforderungen beim Springen oder beim Tauchen
	Helfen und Retten Die Schülerinnen und Schüler...	
	• transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durch das Wasser • wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an	• erkennen Gefahrensituationen und verhalten sich entsprechend.
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Anhand der gegebenen Wertungstabellen (vgl. 6.2 Bewegungsfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen): Quantitative Leistungsüberprüfung: • Zeitmessung: 25 m Rücken (Schnelligkeit), 100m Brust (Wasserlage), 400m Freistil (Ausdauer) • Streckentauchen Qualitative Leistungsüberprüfung: • Technik Brustschwimmen		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Bundesjugendspiele: Schwimmen		



Jahrgang 6		
2. Turnen und Bewegungskünste (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Bodenturnen • Rolle vw/ Rolle rw • Kerze • Scherhandstand/ Handstand • Rad Schwebebalken Aufgang: • Stütz • Überspreizen • Hockwende • Aufhocken Elemente: • Beidbeinige 1/2 Drehung • Strecksprung • Strecksprung mit Fußwechsel • Pferdchensprung • Standwaage Abgang: • Strecksprung • Grätschsprung • Hocksprung • Grätschwinkelsprung Hilfestellungen • z.B. beim Handstand	An klassischen oder alternativen Turngeräten Grundfertigkeiten des Turnens ausführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• verbinden und präsentieren flüssig mindestens drei unterschiedliche turnerische Bewegungen an einem Gerät oder einer vorgegebenen Gerätebahn • präsentieren ein auf Körperspannung und Balance beruhendes Kunststück mit der Partnerin/dem Partner	• erkennen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade von turnerischen Bewegungen • setzen sich mit der eigenen Leistungsfähigkeit und der der Partnerin/des Partners hinsichtlich turnerischer Bewegungen auseinander
	Helfen und sichern Die Schülerinnen und Schüler...	
	• bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf • wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an	• erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Kür am Boden oder auf dem Schwebebalken mit mindestens drei unterschiedlichen turnerischen Bewegungen (vgl. 6.3 Bewegungsfeld: Turnen und Bewegungskünste).		

Jahrgang 6		
3. Zielschussspiele - Fußball (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Grundlegende Regelkenntnisse • Besprechung der grundlegenden Regeln Einführung von Grundtechniken • Ballannahme/ Ballmitnahme • Dribbling • Pass (Innenseitstoß) • Flanke • Schuss Einführung von Grundtaktiken • Schulung des mannschaftlichen Zusammenspiels (Kommunikation, Verteilung von Aufgaben) • Einfache Offensivtaktiken (Raumnutzung, Freilaufen, „Dreieck“ bilden) • Einfache Defensivtaktiken (Positionierung zum Ball, Ballkontrolle)	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen unterschiedliche Sportspiele • wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an • wenden sportspielspezifische Techniken an • wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen an	• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles • verstehen Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
• führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus	• beurteilen die Rolle des Schiedsrichters	
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Jahrgangsturnier: Fußball		

5.3 Jahrgang 7

Jahrgang 7		
1. Zielschussspiele - Handball (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spielvarianten • Five-a-Side Handball Grundlegende Regelkenntnisse • 3-Schritt-Regel • Kein Doppeldribbling • Beachten des Wurfkreises Einführung von Grundtechniken • Dribbling • Passen/ Fangen • Schlagwurf/ Sprungwurf Einführung von Grundtaktiken • Erproben und Reflektieren unterschiedlicher Aufstellungen im Spiel bezogen auf den Wurfkreis	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen unterschiedliche Sportspiele • wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an • wenden sportspielspezifische Techniken an • wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen an	• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles • verstehen Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus	• beurteilen die Rolle des Schiedsrichters
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Jahrgangsturnier: Handball		



Jahrgang 7		
2. Gymnastisches und tänzerisches Bewegen – Ohne Gerät (4-6DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Bewegungen ohne Gerät/Material gestalten • z.B. HipHop, Jumpstyle • Rhythmusschulung Einführung von verschiedenen Elementen • Einführung verschiedener Grundschrirte Erarbeitung einer Kür • Entwicklung einer Partner- oder Gruppenkür	Bewegungen rhythmisieren und Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• setzen Musik in eine Gruppenchoreografie um • gestalten ein Thema mit tänzerischen Mitteln	• beurteilen Präsentationen kriteriengeleitet • interpretieren ein Thema • berücksichtigen Gestaltungskriterien wie Raum, Zeit, Dynamik, Körpertechnik/Form und ziehen diese zur Beurteilung heran
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Partner- oder Gruppenkür (vgl. 6.4 Bewegungsfeld: Gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung).		

Jahrgang 7		
3. Kämpfen (1-2DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Regeln und Rituale entwickeln, vereinbaren und einhalten • z.B. Begrüßungsritual, Stopp-Regel, Rücksicht auf körperliche Voraussetzungen nehmen, Erfahrungen mit körperlicher Nähe reflektieren Einführung von Grundtechniken • Kämpfe um Räume, Gegenstände und Körperpositionen • Verteidigungsposition stabile Bank • Umdrehtechniken • Haltetechniken am Boden	Fair kämpfen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und gegeneinander • vereinbaren grundlegende Regeln und Rituale und halten sie ein.	• übernehmen Verantwortung für sich und andere • kennen und beachten die Werte für ein gelingendes Mit- und Gegeneinander • beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner
	Situationsangemessen handeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• setzen ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet ein	• gehen verantwortungsvoll mit den eigenen Stärken und Schwächen und denen der Partnerin/des Partners um
	Auseinandersetzung mit körperlicher Nähe Die Schülerinnen und Schüler...	
	• kämpfen um Räume, Gegenstände und unterschiedliche Körperpositionen	• reflektieren ihre Erfahrungen mit körperlicher Nähe (Selbst- und Fremdwahrnehmung) • nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen



Jahrgang 7		
4. Zielschuss-, Rückschlag- oder Endzonenspiele (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Frei wählbares Zielschuss-, Rückschlag- oder Endzonenspiel • z.B. Spikeball, Tschoukball, Pickleball Einführung/ Vertiefung von Grundtechniken • Grundtechniken des gewählten Spiels Einführung von Grundtaktiken • Grundtaktiken des gewählten Spiels	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen unterschiedliche Sportspiele • wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an • wenden sportspielspezifische Techniken an • wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen an	• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles • verstehen Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus	• beurteilen die Rolle des Schiedsrichters
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		

Jahrgang 7		
5. Laufen, Springen, Werfen (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Disziplinen • 75m Sprint • Weitsprung • Ballwurf (200g) • 800m Vertiefung der Grundtechniken • Sprinttechnik • Schlagwurf • Hocksprung Einführung weiterer Grundtechniken • Tiefstart • Schrittsprungtechnik • Laufsprungtechnik	Individuelles Lauftempo an Streckenlänge, verschiedene Untergründe und Bedingungen anpassen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• Laufen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung	• schätzen ihr persönliches Belastungsempfinden ein • beurteilen ihre individuelle Leistungsfähigkeit
	Auf kurzer Strecke schnell laufen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo • erproben unterschiedliche Starttechniken	• vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken
	Weit werfen bzw. stoßen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• werfen einen Wurfball in Schlagwurftechnik möglichst weit • erproben unterschiedliche Wurftechniken	• vergleichen unterschiedliche Wurftechniken miteinander
	In die Weite und Höhe springen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• legen ihren individuellen Anlauf beim Weitsprung fest • springen in einer Wettkampftechnik weit	• erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Weitsprungstechniken • beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Weitsprungstechniken
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Quantitative Messung von zwei Disziplinen anhand der gegebenen Wertungstabellen (vgl. 6.5 Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Bundesjugendspiele: Leichtathletik		



5.4 Jahrgang 8

Jahrgang 8		
1. Kämpfen (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Regeln und Rituale vertiefen • z.B. Begrüßungsritual, Stopp-Regel, Rücksicht auf körperliche Voraussetzungen nehmen, Erfahrungen mit körperlicher Nähe reflektieren Einführung von Grundtechniken • Judorollen vw., rw. • Falltechniken vw., rw., sw. • Mindestens zwei Wurftechniken (z.B. O-goshi, O-soto-otoschi) • Haltegriff am Boden	Fair kämpfen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen nach individuell angepasstem Regelwerk Zweikämpfe durch	• übernehmen Verantwortung für sich und andere • kennen und beachten die Werte für ein gelingendes Mit- und Gegeneinander • beachten Sicherheitsmaßnahmen beim Kämpfen mit einer Partnerin/einem Partner
	Situationsangemessen handeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• reagieren angemessen auf Angriffs- und Verteidigungshandlungen der Partnerin/des Partners • wenden grundlegende Prinzipien des Kämpfens an	• reflektieren Bewegungshandlungen der Partnerin/des Partners und schätzen Kampfsituationen richtig ein
	Auseinandersetzung mit körperlicher Nähe Die Schülerinnen und Schüler...	
	• kämpfen um Räume, Gegenstände und unterschiedliche Körperpositionen	• reflektieren ihre Erfahrungen mit körperlicher Nähe (Selbst- und Fremdwahrnehmung) • nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Wurftechnik und Falltechnik mit einem frei gewählten Partner.		

Jahrgang 8		
2. Zielschussspiele - Basketball (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spielvarianten • 3:3 auf einen Korb Grundlegende Regelkenntnisse • 3-Schritt-Regel • Kein Doppeldribbling • „Körperloses Spiel“ Einführung der Grundtechniken • Dribbling (links und rechts) • Passen (Druckpass, Bodepass) • Fangen • Korbwurf • Korbleger Einführung von Grundtaktiken • Manndeckung • Zonenverteidigung	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen unterschiedliche Sportspiele • wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an • wenden sportspielspezifische Techniken an • wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen an	• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles • verstehen Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus	• beurteilen die Rolle des Schiedsrichters
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Jahrgangsturnier: Basketball		



Jahrgang 8		
3. Turnen und Bewegungskünste (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Barren Aufgang: • Sprung in den Stütz Elemente: • Vor- und Rückschwung • 4-Füßlerstand rücklings • 4-Füßlerstand vorlings • Außenquersitz • Grätsche der Beine vorne • Grätschsitz Abgang: • Hockwende • Hohe Wende Sprung • Aufhocken • Abgang zum Strecksprung • Sprunggrätsche • Sprunghocke Hilfestellungen • z.B. bei Sprunghocke	An klassischen oder alternativen Turngeräten Grundfertigkeiten des Turnens ausführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• präsentieren einzeln oder in der Gruppe eine selbst entwickelte Kür an einer vorgegebenen Geräteauswahl bzw. ein auf Körperspannung und Balance beruhendes Kunststück	• beurteilen Präsentationen kriteriengeleitet • wenden Kenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Kür an
	Helfen und sichern Die Schülerinnen und Schüler...	
	• bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf • wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an	• erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Kür am Barren mit mindestens drei unterschiedlichen turnerischen Bewegungen oder ein Sprung (vgl. 6.3 Bewegungsfeld: Turnen und Bewegungskünste).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Bundesjugendspiele: Turnen		



Jahrgang 8		
4. Rückschlagspiele - Tischtennis (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Grundlegende Regelkenntnisse - Besprechung der grundlegenden Regeln Einführung der Grundtechniken - Vor- und Rückhand - Aufschlag - Konterschlag - Schupf - Topspin Einführung von Grundtaktiken - Beantwortung von verschiedenen Schlägen - Umgang mit Schnitt	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	- spielen unterschiedliche Sportspiele - wählen Spielregeln situationsangemessen aus und wenden diese an - wenden sportspielspezifische Techniken an - wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen an	- verstehen Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles - verstehen Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	- spielen fair - spielen mannschaftsdienlich - setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	- gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	führen Schiedsrichtertätigkeiten unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus	beurteilen die Rolle des Schiedsrichters
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		

5.5 Jahrgang 9

Jahrgang 9		
1. Endzonenspiele – Ultimate Frisbee, Rugby, Flagfootball oder Lacrosse (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Grundlegende Regelkenntnisse - Besprechung der grundlegenden Regeln Einführung der Grundtechniken - Bezogen auf das jeweilige Endzonenspiel Einführung von Grundtaktiken - Bezogen auf das jeweilige Endzonenspiel	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	- spielen auch selbstständig entwickelte Varianten von Sportspielen - wenden komplexe Regeln an - wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an - wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen situationsangemessen an	- reflektieren ausgewählte Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles - sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst - reflektieren Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	- spielen fair - spielen mannschaftsdienlich - setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	- gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	führen Schiedsrichtertätigkeiten in eigener Verantwortung aus	reflektieren ihre eigene Schiedsrichtertätigkeit
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		



Jahrgang 9		
2. Individualsportart (4-6DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Frei wählbare Individualsportart • z.B. Akrobatik, Parcour, Tanzen, Fitness, Ausdauer Einführung/ Vertiefung und Gestalten von sportlichen Bewegungen • Bezogen auf die jeweilige Sportart	Sammeln und Vertiefen von sportlichen Bewegungsformen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• Vertiefung der bisher erworbenen Inhaltsbezogenen Kompetenzen	• Vertiefung der bisher erworbenen Prozessbezogenen Kompetenzen
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Einzel-, Partner- oder Gruppenkür/ Quantitative Messung eine Disziplin anhand der gegebenen Wertungstabellen.		

Jahrgang 9		
3. Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (1-2DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Bewegungserfahrungen auf einem rollenden oder gleitenden Gerät • z.B. Rollbrett, Wasserski, Schlittschuhfahren	Bewegungen des Rollens und Gleitens ausführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• bewegen sich in komplexen Situationen mit einem rollenden oder gleitenden Gerät dynamisch fort	• erläutern komplexe Bewegungsanforderungen.
	Naturnahe und öffentliche Räume mit angemessenem und rücksichtsvollem Verhalten nutzen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• halten grundlegende Sicherheitsregeln ein • gehen verantwortungsbewusst mit Material- und Umweltressourcen um	• erkennen die Notwendigkeit von vereinbarten Sicherheitsregeln • reflektieren Möglichkeiten eines nachhaltigen Sporttreibens im naturnahen und öffentlichen Raum
Weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Wasserskianlage/ Eishalle		

Jahrgang 9		
4. Rückschlagspiele - Badminton (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spielvarianten - Vom Miteinander zum Gegeneinander - Doppel Grundlegende Regelkenntnisse - Besprechung der grundlegenden Regeln Einführung der Grundtechniken - Aufschlag (kurz und lang) - UH-Clear/ ÜK-Clear - Drop - Smash Einführung von Grundtaktiken - Variantenreiches Spiel - Zentrale Position - Aufstellung beim 2:2	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	- spielen auch selbstständig entwickelte Varianten von Sportspielen - wenden komplexe Regeln an - wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an - wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen situationsangemessen an	- reflektieren ausgewählte Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles - sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst - reflektieren Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	- spielen fair - spielen mannschaftsdienlich - setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	- gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft - reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	führen Schiedsrichtertätigkeiten in eigener Verantwortung aus	reflektieren ihre eigene Schiedsrichtertätigkeit
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Jahrgangsturnier: Badminton		

Jahrgang 9		
5. Laufen, Springen, Werfen (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Disziplinen • 100m Sprint • Hochsprung • Kugelstoß • 800m Vertiefung der Grundtechniken • Sprinttechnik • Tiefstart • Schrittsprungtechnik Einführung der Grundtechniken • Flop • Standstoß • Angleittechnik	Individuelles Lauftempo an Streckenlänge, verschiedene Untergründe und Bedingungen anpassen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• laufen eine Langstrecke ohne Pause ausdauernd	• setzen sich selbst eigene Ziele auf der Grundlage der Analyse der bisherigen Ausdauerläuferfahrungen
	Auf kurzer Strecke schnell laufen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• laufen eine Sprintstrecke in maximalem Tempo • wenden den Tiefstart an	• vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken
	Weit werfen bzw. stoßen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• werfen und/oder stoßen in mindestens zwei unterschiedlichen Wettkampfdisziplinen	• analysieren ihre individuellen Leistungen im Hinblick auf die Bewegungsausführungen
	In die Weite und Höhe springen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• demonstrieren die Flop-Technik beim Hochsprung	• erklären die Bedeutung des Anlaufes bei unterschiedlichen Hochsprungstechniken • beschreiben, vergleichen und reflektieren unterschiedliche Hochsprungstechniken
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Quantitative Messung von zwei Disziplinen anhand der gegebenen Wertungstabellen (vgl. 6.5 Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Bundesjugendspiele: Leichtathletik		



5.6 Jahrgang 10

Jahrgang 10		
1. Turnen und Bewegungskünste (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Boden • Sprungrolle • Handstand-Abrollen • Radwende • Rolle rückwärts durch den Handstand Reck Aufgang: • Sprung in den Stütz • Hüftaufschwung/ Hüftaufzug Elemente: • Abzug • Überdrehen rückwärts und vorwärts • Kniehangab- und aufschwung • Hüftumschwung Abgang: • Unterschwingung aus dem Stand/ beidbeinigen Absprung/ aus dem Stütz Hilfestellungen • z.B. Rolle rückwärts durch den Handstand	An klassischen oder alternativen Turngeräten Grundfertigkeiten des Turnens ausführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• präsentieren unter einer vorgegebenen Themenstellung eine selbst entwickelte Kür	• interpretieren die vorgegebene Themenstellung • wenden Kenntnisse zur Gestaltung und Beurteilung einer Kür an
	Helfen und sichern Die Schülerinnen und Schüler...	
	• bauen Geräte und Gerätesicherungen sachgerecht auf • wenden Hilfe- und Sicherheitsstellungen nach Vorgabe und/oder selbstständig sachgerecht an	• erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen • nehmen Unterstützung an, bauen Vertrauen auf und übernehmen Verantwortung für sich und die Partnerin/den Partner
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Präsentation einer Kür am Boden oder Reck mit mindestens drei unterschiedlichen turnerischen Bewegungen (vgl. 6.3 Bewegungsfeld: Turnen und Bewegungskünste).		

Jahrgang 10		
2. Rückschlagspiele - Volleyball (6-8DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Spielvarianten • 4 gegen 4 Grundlegende Regelkenntnisse • Besprechung der grundlegenden Regeln Einführung der Grundtechniken • Pritschen • Baggern • Schmettern • Angabe von unten Einführung von Grundtaktiken • Kleinfeldtaktik • Großfeldtaktik (z.B. vorgezogene VI, Steller auf der III) • Kommunikation	Allgemeine und sportspielspezifische Spielfähigkeit entwickeln Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen auch selbstständig entwickelte Varianten von Sportspielen • wenden komplexe Regeln an • wenden komplexe Bewegungsformen und Techniken situationsangemessen an • wenden sportspielspezifische taktische Maßnahmen situationsangemessen an	• reflektieren ausgewählte Strukturelemente und Regeln eines Sportspieles • sind sich ihrer Handlungsentscheidungen bewusst • reflektieren Spielprozesse
	Fairplay praktizieren Die Schülerinnen und Schüler...	
	• spielen fair • spielen mannschaftsdienlich • setzen sich aktiv für eine faire Spielgestaltung ein	• gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft • reflektieren die Merkmale eines fairen Spiels
	Schiedsrichtertätigkeiten akzeptieren und durchführen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• führen Schiedsrichtertätigkeiten in eigener Verantwortung aus	• reflektieren ihre eigene Schiedsrichtertätigkeit
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Spielen ein vorgegebenes Spiel nach Regelwerk (fair, akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen) unter Nutzung der erarbeiteten Techniken und Taktiken (vgl. 6.1 Bewegungsfeld: Spielen).		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Jahrgangsturnier: Volleyball		

Jahrgang 10		
3. Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen (20DS)		
Inhalte	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Prozessbezogene Kompetenzen
Allgemeine Wassersicherheit • Grundkenntnisse zur Selbst- und Fremdrettung • Transportieren eines Partners Wiederholung/ Einführung von Grundtechniken • Brustschwimmen • Kraul Wiederholung/ Einführung von speziellen Schwimmfertigkeiten • Startsprung vom Startblock • Rollwende • Kippwende • Streckentauchen • Ausdauerndes Schwimmen • Sprung synchron mit Partner (z.B. vom Block)	Sich schwimmend im Wasser fortbewegen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• demonstrieren das Schwimmen in einer Gleichzug- und einer Wechselzugtechnik • schwimmen ausdauernd unter Berücksichtigung der individuellen Zeit- und Streckeneinteilung • schwimmen schnell eine vorgegebene Strecke in einer selbst gewählten Schwimmtechnik inklusive Start und Wenden	• geben nach vorgegebenen Kriterien Bewegungskorrekturen
	Springen und Tauchen Die Schülerinnen und Schüler...	
	• springen mit einem oder mehreren Partnerinnen/Partnern synchron • tauchen mindestens 10 Meter weit	• stimmen ihre Bewegungen mit anderen ab • reflektieren die spezifischen Anforderungen und die individuelle Beanspruchung des Streckentauchens
	Helfen und Retten Die Schülerinnen und Schüler...	
	• transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine vorgegebene Distanz sicher • demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und zur Fremdrettung	• kennen Hilfsmaßnahmen zur Selbst- und zur Fremdrettung
Mindestanforderungen Leistungsüberprüfung: Anhand der gegebenen Wertungstabellen (vgl. 6.2 Bewegungsfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen): Quantitative Leistungsüberprüfung: • Zeitmessung: 25m Kraul (Schnelligkeit), 100m Brust (Wasserlage), 400m Freistil (Ausdauer) • Streckentauchen Qualitative Leistungsüberprüfung: • Technik Kraul		
Mögliche weitere schulinterne Inhalte/ Termine: Bundesjugendspiele: Schwimmen		

6. Leistungstabellen der Leistungsüberprüfungen

6.1 Bewegungsfeld: Spielen

Jahrgang 5-10 - Spielen ¹			
Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Spielen kann z.B. folgende Prüfungsformate aufweisen: Prüfungsformat 1: Umsetzung technischer Fertigkeiten bei festgelegtem Handlungsprogramm (Vorrangige Bewertung: Technik) Prüfungsformat 2: Umsetzung spezieller technischer und taktischer Fertigkeiten in offenerem Handlungsprogramm (Vorrangige Bewertung: Taktik) Prüfungsformat 3: Handlungsfähigkeit in einem festgelegten Spiel mit Regelwerk (Vorrangige Bewertung: Spielfähigkeit) Für die Bewertung sind folgende Beobachtungsschwerpunkte zugrunde zu legen: • situationsgerechte Anwendung von Techniken • taktisches Verhalten im Angriff und in der Abwehr unter Berücksichtigung der Ausnutzung des gesamten Spielfeldes, der Spielanlage, der Laufwege, der taktischen Auflagen und des positionsspezifischen Spiels • Einsatzbereitschaft, sportspielspezifische Kondition, Fairness und mannschaftsdienliches Verhalten. • Auch kreative, wenn auch nicht immer erfolgreiche Handlungsvarianten, mit entsprechender Risikobereitschaft unter Berücksichtigung einzelner Spielsituationen in der Bewertung berücksichtigen.			
Zensur	Technik	Taktik	Spielfähigkeit
1	Technik wird sicher beherrscht und genau ausgeführt; praktisch keine Fehler erkennbar.	Das taktische Verhalten passt sich den Spielsituationen nahezu immer richtig an.	Praktisch alle Spielhandlungen gelingen.
2	Technik wird beherrscht und fast immer genau ausgeführt; kleinere Fehler sind erkennbar.	Das taktische Verhalten passt sich den Spielsituationen fast immer richtig an.	Die meisten Spielhandlungen gelingen.
3	Technik wird häufig beherrscht; gewisse Fehler sind klar erkennbar.	Das taktische Verhalten passt sich den Spielsituationen häufig richtig an.	Die Anzahl erfolgreicher Spielhandlungen ist größer als die der nicht erfolgreichen.
4	Technik wird nicht zufrieden stellend ausgeführt; gröbere Fehler sind erkennbar.	Das taktische Verhalten passt sich den Spielsituationen nur gelegentlich richtig an.	Die Anzahl erfolgreicher und nicht erfolgreicher Spielhandlungen ist ungefähr gleich groß.
5	Technik ist überwiegend fehlerhaft.	Das taktische Verhalten passt sich den Spielsituationen fast nie richtig an.	Die meisten Spiel-Handlungen werden ohne Erfolg ausgeführt.
6	Technik wird in keiner Weise beherrscht; Technikelemente sind praktisch nicht erkennbar.	Kein taktisches Verständnis erkennbar.	Praktisch alle Spielhandlungen misslingen.

¹ Angelehnt an EPA-EB-Ergänzende Bestimmungen für die Abiturprüfung Sport 2019

6.2 Bewegungsfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen

Jahrgang 6 – Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen ²										
Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Schwimmen kann z.B. folgende Prüfungsformate aufweisen: - Quantitative Prüfung (z.B. Zeitschwimmen, Streckentauchen) - Qualitative Prüfung (z.B. Technikprüfung) Für die Technikprüfung können z.B. folgende Beobachtungsschwerpunkte Anwendung finden: - Zug- und Druckphase / Vortrieb / Stabilisierung der Körperlage durch die Beinbewegung in Koordination zur Armbewegung / Atemrhythmus / Kopfhaltung / Dynamik, Flüssigkeit und Geschwindigkeit der Bewegungsabläufe Für die quantitative Prüfung gilt: - Der Start beim Zeitschwimmen kann vom Startblock, Beckenrand oder im Wasser geschehen - Typische Regeln des Schwimmstils sind zu beachten (Technik, Anschlag zur Wende, Ziel-Anschlag) - Streckentauchen immer mit Abstoß vom Beckenrand										
Qualitative Prüfung										
1	Technik wird sicher beherrscht und genau ausgeführt; praktisch keine Fehler erkennbar.									
2	Technik ist überwiegend korrekt, mit nur geringfügigen Fehlern; Bewegungsabläufe sind flüssig und kontrolliert.									
3	Technik weist einige Fehler auf, bleibt jedoch in den wesentlichen Elementen korrekt.									
4	Technik zeigt deutliche Schwächen und Fehler; Bewegungsabläufe sind teilweise erkennbar und nicht immer sicher									
5	Technik ist überwiegend fehlerhaft; Bewegungsabläufe sind nur schwer erkennbar.									
6	Technik ist nicht erkennbar oder vollständig fehlerhaft.									
Quantitative Prüfung										
(min:s)	Jungen					Mädchen				
Zensur	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
25m Brust/ Rücken	00:25	00:28	00:31	00:36	00:41	00:26	00:29	00:32	00:37	00:42
50m Brust/ Rücken	00:55	01:03	01:11	01:20	01:30	00:57	01:05	01:13	01:22	01:32
100m Brust/ Rücken	02:13	02:27	02:43	03:00	03:23	02:19	02:37	02:54	03:14	03:37
400m Freistil	11:00	12:09	13:25	14:54	16:24	12:00	13:22	14:53	16:24	18:00
Strecken- tauchen	16m	13m	10m	8m	6m	16m	13m	10m	8m	6m
Ausdauer- Schwimmen	24min	21min	18min	15min	10min	24min	21min	18min	15min	10min

² Angelehnt an Empfehlungen zur Leistungsbewertung im Fach Sport in Bayern



Jahrgang 10 – Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen³

Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Schwimmen kann z.B. folgende Prüfungsformate aufweisen:

- Quantitative Prüfung (z.B. Zeitschwimmen, Streckentauchen)
- Qualitative Prüfung (z.B. Technikprüfung)

Für die Technikprüfung können z.B. folgende Beobachtungsschwerpunkte Anwendung finden:

- Zug- und Druckphase / Vortrieb / Stabilisierung der Körperlage durch die Beinbewegung in Koordination zur Armbewegung / Atemrhythmus / Kopfhaltung / Dynamik, Flüssigkeit und Geschwindigkeit der Bewegungsabläufe

Für die quantitative Prüfung gilt:

- Der Start beim Zeitschwimmen kann vom Startblock, Beckenrand oder im Wasser geschehen
- Typische Regeln des Schwimmstils sind zu beachten (Technik, Anschlag zur Wende, Ziel-Anschlag)
- Streckentauchen immer mit Abstoß vom Beckenrand

Qualitative Prüfung

1	Technik wird sicher beherrscht und genau ausgeführt; praktisch keine Fehler erkennbar.
2	Technik ist überwiegend korrekt, mit nur geringfügigen Fehlern; Bewegungsabläufe sind flüssig und kontrolliert.
3	Technik weist einige Fehler auf, bleibt jedoch in den wesentlichen Elementen korrekt.
4	Technik zeigt deutliche Schwächen und Fehler; Bewegungsabläufe sind teilweise erkennbar und nicht immer sicher
5	Technik ist überwiegend fehlerhaft; Bewegungsabläufe sind nur schwer erkennbar.
6	Technik ist nicht erkennbar oder vollständig fehlerhaft.

Quantitative Prüfung

(min:s)	Jungen					Mädchen				
Zensur	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
25m Brust	00:21	00:24	00:27	00:30	00:34	00:23	00:26	00:29	00:32	00:36
25m Kraul	00:19	00:21	00:24	00:27	00:31	00:22	00:24	00:27	00:30	00:34
50m Brust	00:48	00:54	01:00	01:08	01:18	00:52	00:58	01:04	01:12	01:22
50m Kraul	00:41	00:46	00:52	00:59	01:08	00:45	00:50	00:56	01:03	01:12
100m Brust	01:51	02:04	02:18	02:34	02:53	02:02	02:15	02:29	02:46	03:05
100m Kraul	01:36	01:49	02:03	02:19	02:38	01:47	02:01	02:17	02:34	02:54
400m Freistil	09:52	10:43	11:46	13:03	14:37	10:37	11:45	13:03	14:31	16:10
Strecken- tauchen	20m	17m	14m	10m	8m	20m	17m	14m	10m	8m
Ausdauer- schwimmen	34min	30min	26min	20min	14min	34min	30min	26min	20min	14min

³ Angelehnt an Empfehlungen zur Leistungsbewertung im Fach Sport in Bayern

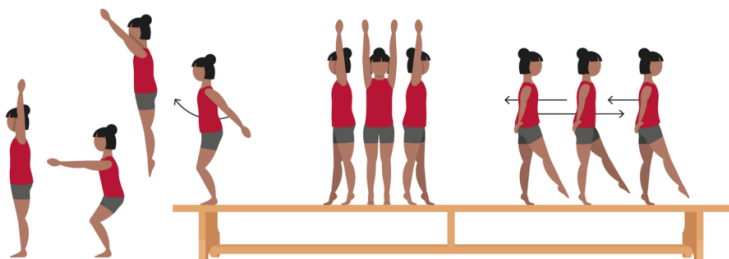
6.3 Bewegungsfeld: Turnen und Bewegungskünste

Jahrgang 6 – Turnen ⁴						
Inhalt: Bodenturnen oder Schwebebalken Für die Leistungsüberprüfung wählen die Schüler und Schülerinnen eine der festgelegten Übungen aus. Der Gesamteindruck dieser Übung kann durch frei gewählte Anfangs- und Endposen sowie zusätzliche Turnelemente noch verbessert werden. Übung Die Schüler wählen zwischen den Übungen 1-4 eine Übung aus. Grundpunkte Die Grundpunkte ergeben sich aus der angegebenen Schwierigkeitsstufe der Übung (1-4). Die Grundpunktzahl ist erreicht, wenn die Übung in Grobform noch gelungen ist (ausreichend). Gutpunkte Es können bis zu drei Gutpunkte vergeben werden: • 1 Gutpunkt: Übung mit Ausführungsfehlern gelungen (befriedigend) • 2 Gutpunkte: Ggf. Erweiterte Übung mit kleinen Mängeln gelungen (gut) • 3 Gutpunkte: Ggf. Erweiterte Übung praktisch fehlerlos geturnt (sehr gut). Abzüge Wird ein Pflichtelement der ausgewählten Übungsstufe nicht gekonnt, d.h. nicht zum Gelingen gebracht, so erfolgen entsprechend der Übungsstufe – pro nicht gekonntes Element – folgende Abzüge von der Grundpunktzahl: • 0,5 Punkte: Übung 1 und 2 • 1 Punkt: Übung 3 und 4 Wird ein Element mit Hilfestellung geturnt, so wird das Übungselement nicht gewertet, d. h. es gilt die gleiche Punktabzugsregel wie oben. Sicherheitsstellung am Gerät ist hingegen erlaubt. Das (nicht sinnvolle) Verlassen des Gerätes während der Übung (z. B. am Reck, Barren oder Balken) führt zum Abzug von 0,5 Punkten.						
Zensur	1	2	3	4	5	6
Punktzahl	Ab 6 Punkten	Ab 5 Punkten	Ab 4 Punkten	Ab 3 Punkten	Ab 2 Punkten	Unter 2 Punkten

⁴ Angelehnt an die Bundesjugendspiele: Wettkampf Geräteturnen

Bodenturnen – Übung 1	
	Kurzbeschreibung: • 3–5 Schluss sprünge • 3 Rückenschaukeln • Strecksprung mit aktiver Landung
Bodenturnen – Übung 2	
	Kurzbeschreibung: • Scherhandstand • Rolle vorwärts • Zurückrollen in die Kerze • Vorrollen und Aufstehen
Bodenturnen – Übung 3	
	Kurzbeschreibung: • Rolle rückwärts in den Grätschstand • Rolle vorwärts • Scherhandstand
Bodenturnen – Übung 4	
	Kurzbeschreibung: • Rolle vorwärts • Handstand • Rad

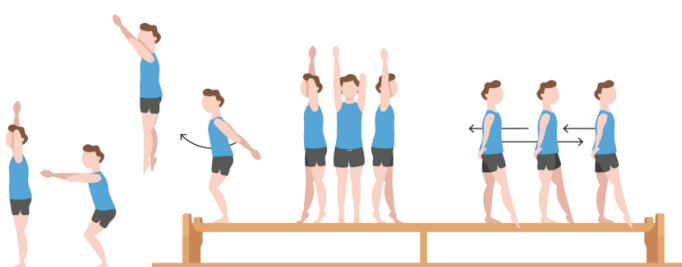
Schwebebalken – Übung 1



Kurzbeschreibung:

- Bank breit: Vorwärts und rückwärts gehen
- Beidbeinige 1/2 Drehung
- Abgang: Strecksprung mit aktiver Landung

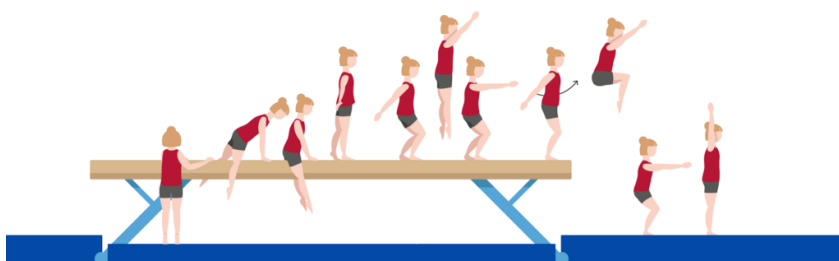
Schwebebalken – Übung 2



Kurzbeschreibung:

- Bank schmal: Vorwärts und rückwärts gehen
- beidbeinige 1/2 Drehung
- Abgang: Grätschsprung mit aktiver Landung

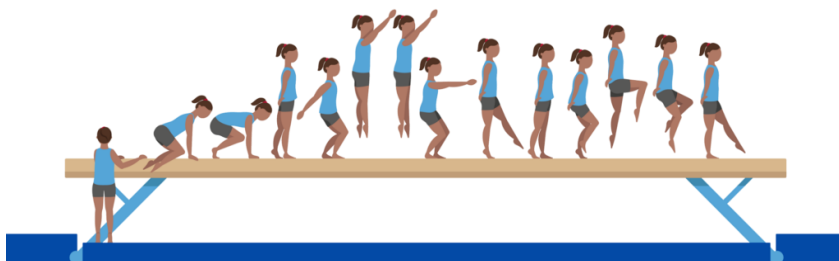
Schwebebalken – Übung 3



Kurzbeschreibung:

- Balken oder höhere, schmale Bank
- Stütz, Überspreizen
- Strecksprung
- Abgang: Hocksprung mit aktiver Landung

Schwebebalken – Übung 4



Kurzbeschreibung:

- Balken oder höhere schmale Bank:
- Aufgang: Hockwende
- Strecksprung mit Fußwechsel
- Pferdchensprung



Jahrgang 8 – Turnen⁵

Inhalt: Barren oder Sprung

Für die Leistungsüberprüfung wählen die Schüler und Schülerinnen eine der festgelegten Übungen aus. Der Gesamteindruck dieser Übung kann durch frei gewählte Anfangs- und Endposen sowie zusätzliche Turnelemente noch verbessert werden.

Übung

Die Schüler wählen zwischen den Übungen 2-5 eine Übung aus.

Grundpunkte

Die Grundpunkte ergeben sich aus der angegebenen Schwierigkeitsstufe der Übung (1-4). Die Grundpunktzahl ist erreicht, wenn die Übung in Grobform noch gelungen ist (ausreichend).

Gutpunkte

Es können bis zu drei Gutpunkte vergeben werden:

- 1 Gutpunkt: Übung mit Ausführungsfehlern gelungen (befriedigend)
- 2 Gutpunkte: Ggf. Erweiterte Übung mit kleinen Mängeln gelungen (gut)
- 3 Gutpunkte: Ggf. Erweiterte Übung praktisch fehlerlos geturnt (sehr gut).

Beim Sprung ist keine Übungserweiterung erwünscht. Technik, Flughöhe, Bewegungsdynamik und eine sichere, kontrollierte aktive Landung sind u. a. Kriterien für eine hohe Gutpunktzahl.

Abzüge

Wird ein Pflichtelement der ausgewählten Übungsstufe nicht gekonnt, d.h. nicht zum Gelingen gebracht, so erfolgen entsprechend der Übungsstufe – pro nicht gekonntes Element – folgende Abzüge von der Grundpunktzahl:

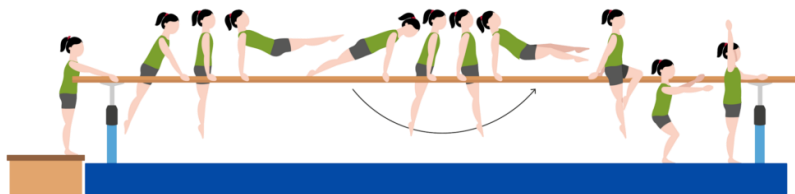
- 0,5 Punkte: Übung 2
- 1 Punkt: Übung 3 und 4
- 2 Punkte: Übung 5

Wird ein Element mit Hilfestellung geturnt, so wird das Übungselement nicht gewertet, d. h. es gilt die gleiche Punktabzugsregel wie oben. Sicherheitsstellung am Gerät ist hingegen erlaubt. Das (nicht sinnvolle) Verlassen des Gerätes während der Übung (z. B. am Reck, Barren oder Balken) führt zum Abzug von 0,5 Punkten.

Zensur	1	2	3	4	5	6
Punktzahl	Ab 7 Punkten	Ab 6 Punkten	Ab 5 Punkten	Ab 4 Punkten	Ab 3 Punkten	Unter 3 Punkten

⁵ Angelehnt an die Bundesjugendspiele: Wettkampf Geräteturnen

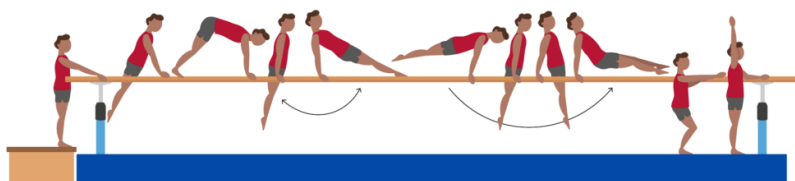
Barren – Übung 2



Kurzbeschreibung:

- Sprung in den Stütz
- Vor- und Rückschwung
- Vorschwing zum Außenquersitz
- Niedersprung mit aktiver Landung

Barren – Übung 3



Kurzbeschreibung:

- Sprung in den Stütz
- Vor- und Rückschwung vorlings in den 4-Füßlerstand vorlings
- Vorschwing und Kehre zum Abgang

Barren – Übung 4



Kurzbeschreibung:

- Sprung in den Stütz
- Vorschwing in den Grätsch-sitz
- Rück-Vor-Rückschwung zur Hockwende mit aktiver Landung

Barren – Übung 5



Kurzbeschreibung:

- Sprung in den Stütz
- Zweimaliger Vor- und Rückschwung mit Öffnen und Schließen der Beine vorne
- Hohe Wende

Sprung – Übung 2	
	Kurzbeschreibung: • Kasten längs (Bauchhöhe): Weites Aufhocken • Strecksprung mit aktiver Landung
Sprung – Übung 3	
	Kurzbeschreibung: • Bock, ca. 0,90 m • Sprunggrätsche mit aktiver Landung
Sprung – Übung 4	
	Kurzbeschreibung: • Bock / Pferd / Kasten min. 1 m • Sprunghocke oder –grätsche mit aktiver Landung
Sprung – Übung 5	
	Kurzbeschreibung: • T-Bock / Sprungtisch / Pferd / Kasten (1,10 m) • Sprunghocke oder –grätsche mit aktiver Landung

Jahrgang 10 – Turnen⁶

Inhalt: Bodenturnen oder Reck

Für die Leistungsüberprüfung wählen die Schüler und Schülerinnen eine der festgelegten Übungen aus. Der Gesamteindruck dieser Übung kann durch frei gewählte Anfangs- und Endposen sowie zusätzliche Turnelemente noch verbessert werden.

Übung

Die Schüler wählen zwischen den Übungen 3-6 eine Übung aus.

Grundpunkte

Die Grundpunkte ergeben sich aus der angegebenen Schwierigkeitsstufe der Übung (1-4). Die Grundpunktzahl ist erreicht, wenn die Übung in Grobform noch gelungen ist (ausreichend).

Gutpunkte

Es können bis zu drei Gutpunkte vergeben werden:

- 1 Gutpunkt: Übung mit Ausführungsfehlern gelungen (befriedigend)
- 2 Gutpunkte: Ggf. Erweiterte Übung mit kleinen Mängeln gelungen (gut)
- 3 Gutpunkte: Ggf. Erweiterte Übung praktisch fehlerlos geturnt (sehr gut).

Abzüge

Wird ein Pflichtelement der ausgewählten Übungsstufe nicht gekonnt, d.h. nicht zum Gelingen gebracht, so erfolgen entsprechend der Übungsstufe – pro nicht gekonntes Element – folgende Abzüge von der Grundpunktzahl:

- 1 Punkt: Übung 3 und 4
- 2 Punkte: Übung 5 und 6

Wird ein Element mit Hilfestellung geturnt, so wird das Übungselement nicht gewertet, d. h. es gilt die gleiche Punktabzugsregel wie oben. Sicherheitsstellung am Gerät ist hingegen erlaubt. Das (nicht sinnvolle) Verlassen des Gerätes während der Übung (z. B. am Reck, Barren oder Balken) führt zum Abzug von 0,5 Punkten.

Zensur	1	2	3	4	5	6
Punktzahl	Ab 8 Punkten	Ab 7 Punkten	Ab 6 Punkten	Ab 5 Punkten	Ab 4 Punkten	Unter 4 Punkten

⁶ Angelehnt an die Bundesjugendspiele: Wettkampf Geräteturnen

Bodenturnen – Übung 3



Kurzbeschreibung:

- Rolle rückwärts in den Grätschstand
- Rolle vorwärts
- Scherhandstand

Bodenturnen – Übung 4



Kurzbeschreibung:

- Rolle vorwärts
- Handstand
- Rad

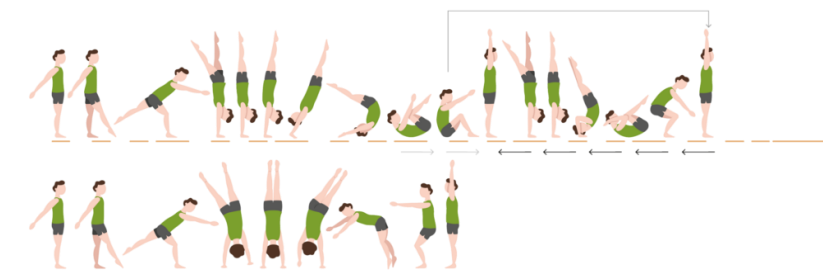
Bodenturnen – Übung 5



Kurzbeschreibung:

- Sprungrolle
- Handstand-Abrollen
- Radwende

Bodenturnen – Übung 6



Kurzbeschreibung:

- Handstand-Abrollen
- Rolle rückwärts durch den Handstand
- Radwende

Reck – Übung 3



Kurzbeschreibung:

- Hüftaufschwung mit Abdruckhilfe
- Rückschwung in den Stand
- Unterschwung aus dem Stand

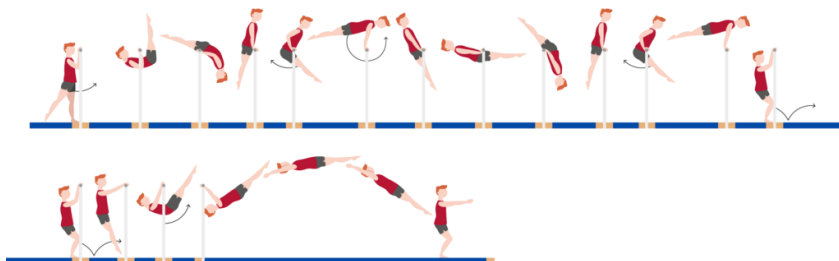
Reck – Übung 4



Kurzbeschreibung:

- Hüftaufschwung
- Vorspreizen
- Kniehangab- und aufschwung
- Rückspreizen
- Rückschwung und Niedersprung
- Unterschwung aus dem Stand

Reck – Übung 5



Kurzbeschreibung:

- Hüftaufschwung
- Hüftumschwung
- Rückschwung und Niedersprung in den Stand
- Unterschwung aus dem beidbeinigen Absprung

Reck – Übung 6



Kurzbeschreibung:

- Hüftaufzug
- Hüftumschwung
- Unterschwung aus dem Stütz

6.4 Bewegungsfeld: Gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung

Jahrgang 5-10 – Gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung ⁷					
Bei Präsentationen von Gruppenkuren sollte die Gruppenleistung und die individuelle Leistung berücksichtigt werden. Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Gymnastische und tänzerische Bewegungsgestaltung kann z.B. folgende Beobachtungsschwerpunkte und Bewertungskriterien aufweisen: • Technische Ausführung z. B. Schwierigkeit und Anzahl der Körper- und Gerätetechniken, Beherrschung des Handgeräts, Objekts oder Materials • Rhythmus und Bewegung z. B. Übereinstimmung von Musik/Rhythmus und Bewegung • Ausdrucksfähigkeit und Originalität z. B. ideenreiche Umsetzung des Themas, Variation der Bewegung und des Geräteeinsatzes, Bewegungsausdruck • Gestaltungsaufbau z. B. Choreografie (Vielseitigkeit der Raumwege, Wechsel der Ebenen, Raum- und Personenbezug, Gruppenanordnungen), Dynamik • Zusammenwirken in der Gruppe z. B. Abstimmung und Wechselbeziehungen zwischen den Gruppenmitgliedern bzw. mit Partnerinnen oder Partnern, Harmonie der Übungsabläufe					
Zensur	Technische Ausführung	Rhythmus und Bewegung	Ausdruck und Originalität	Gestaltungs- aufbau	Harmonie der Gruppe
1	Die Bewegungen werden technisch korrekt und präzise ausgeführt.	Bewegungen passen perfekt zur Musik.	Ausdrucksstarke Performance, kreative Elemente.	Klarer und kreativer Aufbau, harmonische Übergänge.	Perfekte Abstimmung, harmonische Interaktion.
2	Kleine Unsicherheiten, aber insgesamt sauber ausgeführt.	Meist passend, kleinere Abweichungen	Gute Ausdruckskraft, leichte Variationen erkennbar.	Aufbau nachvollziehbar, Raum wird dynamisch genutzt.	Gute Zusammenarbeit, minimale Fehler.
3	Einige technische Fehler, jedoch erkennbarer Versuch der Umsetzung.	Bewegungen folgen der Musik, aber mit mehreren Ungenauigkeiten.	Ansatz von Ausdruck und Originalität, aber eher mechanisch.	Einfacher Aufbau, Raum wird zumeist dynamisch genutzt.	Zusammenarbeit sichtbar, aber mit Abstimmungslücken.
4	Bewegungen sind unsauber, aber noch nachvollziehbar.	Bezug zur Musik erkennbar, aber sehr häufig ungenau.	Wenig Ausdruck, rudimentär. Wenig Originalität.	Grundaufbau vorhanden, Raum wird wenig und eher undynamisch genutzt.	Zusammenarbeit rudimentär, viele Fehler.
5	Bewegungen sind kaum erkennbar oder falsch.	So gut wie keine Synchronisation zur Musik.	Kein erkennbarer Ausdruck, keine Originalität.	Kein erkennbarer Aufbau/ kaum Raumnutzung, keine Dynamik.	Keine Zusammenarbeit erkennbar.
6	Bewegungen sind nicht erkennbar oder komplett falsch ausgeführt. Es fehlt jegliche technische Grundlage.	Keine Synchronisation zur Musik oder zum Rhythmus. Bewegungen wirken unabhängig und chaotisch.	Kein Ausdruck, keine Interpretation oder Verbindung zur Aufgabe erkennbar. Die Performance wirkt leblos.	Kein erkennbarer Aufbau, Darbietung starr, ungeordnet, improvisiert.	Bewegungen sind völlig unkoordiniert, die Gruppe agiert, als wären es Einzelperformances.

⁷ Angelehnt an EPA-EB-Ergänzende Bestimmungen für die Abiturprüfung Sport 2019



6.5 Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen

Jahrgang 5 – Laufen, Springen, Werfen ⁸										
Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Leichtathletik kann z.B. folgende Prüfungsformate aufweisen: • Quantitative Prüfung (z.B. Zeitmessung, Weitenmessung) • Qualitative Prüfung (z.B. Technikprüfung) Für die quantitative Prüfung gilt: • Weitsprung aus einer Absprungzone (von den Kanten des Absprungbalkens 30 cm nach beiden Seiten, umfasst also insgesamt 80 cm)										
Qualitative Prüfung										
1	Technik wird sicher beherrscht und genau ausgeführt; praktisch keine Fehler erkennbar.									
2	Technik ist überwiegend korrekt, mit nur geringfügigen Fehlern; Bewegungsabläufe sind flüssig und kontrolliert.									
3	Technik weist einige Fehler auf, bleibt jedoch in den wesentlichen Elementen korrekt.									
4	Technik zeigt deutliche Schwächen und Fehler; Bewegungsabläufe sind teilweise erkennbar und nicht immer sicher									
5	Technik ist überwiegend fehlerhaft; Bewegungsabläufe sind nur schwer erkennbar.									
6	Technik ist nicht erkennbar oder vollständig fehlerhaft.									
Quantitative Prüfung										
	Jungen					Mädchen				
Zensur	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
50m (s)	8,5	9,1	9,7	10,4	11,2	8,7	9,3	9,9	10,6	11,5
Weitsprung (m)	3,56	3,24	2,89	2,52	2,13	3,40	3,06	2,70	2,31	1,90
Wurf 80g (m)	32	28	24	20	14	20	17	14	12	10
800m (min:s)	3:05	3:20	3:55	5:00	6:15	3:25	3:44	4:20	5:25	6:20
12-Minuten-Lauf (m)	2400	2200	2000	1600	1200	2200	2000	1800	1400	1200
Dauerlauf ab (min)	20	18	15	12	8	20	18	15	12	8
Hochsprung (m)	1,10	1,02	0,96	0,84	0,76	1,02	0,96	0,88	0,80	0,68

⁸ Angelehnt an Empfehlungen zur Leistungsbewertung im Fach Sport in Bayern



Jahrgang 7 – Laufen, Springen, Werfen ⁹										
Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Leichtathletik kann z.B. folgende Prüfungsformate aufweisen: - Quantitative Prüfung (z.B. Zeitmessung, Weitenmessung) - Qualitative Prüfung (z.B. Technikprüfung)										
Qualitative Prüfung										
1	Technik wird sicher beherrscht und genau ausgeführt; praktisch keine Fehler erkennbar.									
2	Technik ist überwiegend korrekt, mit nur geringfügigen Fehlern; Bewegungsabläufe sind flüssig und kontrolliert.									
3	Technik weist einige Fehler auf, bleibt jedoch in den wesentlichen Elementen korrekt.									
4	Technik zeigt deutliche Schwächen und Fehler; Bewegungsabläufe sind teilweise erkennbar und nicht immer sicher									
5	Technik ist überwiegend fehlerhaft; Bewegungsabläufe sind nur schwer erkennbar.									
6	Technik ist nicht erkennbar oder vollständig fehlerhaft.									
Quantitative Prüfung										
	Jungen					Mädchen				
Zensur	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
75m (s)	11,4	12,1	12,9	13,7	14,6	11,9	12,7	13,5	14,4	15,4
Weitsprung (m)	4,13	3,77	3,39	2,97	2,52	3,80	3,43	3,03	2,59	2,12
Wurf 200g (m)	38	34	30	22	14	25	22	18	14	10
800m (min:s)	2:52	3:03	3:40	4:30	5:30	3:20	3:40	4:12	5:18	6:00
12-Minuten-Lauf (m)	2600	2400	2200	1800	1400	2200	2000	1800	1400	1200
Dauerlauf ab (min)	27	24	21	16	11	27	24	21	16	11
Hochsprung (m)	1,24	1,18	1,10	0,98	0,88	1,18	1,10	1,02	0,92	0,80

⁹ Angelehnt an Empfehlungen zur Leistungsbewertung im Fach Sport in Bayern



Jahrgang 9 – Laufen, Springen, Werfen¹⁰

Die Leistungsprüfung im Bewegungsfeld Leichtathletik kann z.B. folgende Prüfungsformate aufweisen:

- Quantitative Prüfung (z.B. Zeitmessung, Weitenmessung)
- Qualitative Prüfung (z.B. Technikprüfung)

Für die quantitative Prüfung gilt:

- 3kg Kugel bei den Mädchen, 4kg Kugel bei den Jungen

Qualitative Prüfung

1	Technik wird sicher beherrscht und genau ausgeführt; praktisch keine Fehler erkennbar.
2	Technik ist überwiegend korrekt, mit nur geringfügigen Fehlern; Bewegungsabläufe sind flüssig und kontrolliert.
3	Technik weist einige Fehler auf, bleibt jedoch in den wesentlichen Elementen korrekt.
4	Technik zeigt deutliche Schwächen und Fehler; Bewegungsabläufe sind teilweise erkennbar und nicht immer sicher
5	Technik ist überwiegend fehlerhaft; Bewegungsabläufe sind nur schwer erkennbar.
6	Technik ist nicht erkennbar oder vollständig fehlerhaft.

Quantitative Prüfung

	Jungen					Mädchen				
Zensur	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
100m (s)	13,6	14,3	15,2	16,1	17,1	15,00	15,9	16,8	17,8	19,0
Hochsprung (m)	1,42	1,34	1,26	1,16	1,02	1,26	1,20	1,12	1,02	0,92
Kugel 4/3kg (m)	9	8,10	7,00	5,80	4,50	7,50	6,80	6,00	5,00	3,80
800m (min:s)	2:39	2:50	3:20	4:10	5:00	3:20	3:43	4:08	4:36	5:07
12-Minuten-Lauf (m)	2800	2600	2400	2000	1600	2400	2200	2000	1600	1400
Dauerlauf ab (min)	33	30	25	20	13	33	30	25	20	13
Weitsprung (m)	4,70	4,31	3,88	3,41	2,89	4,01	3,64	3,24	2,81	2,34

¹⁰ Angelehnt an Empfehlungen zur Leistungsbewertung im Fach Sport in Bayern



6.6 Bewegungsfeld: Kämpfen

Jahrgang 8 – Kämpfen ¹¹	
Die Demonstration im Bewegungsfeld Kämpfen kann z.B. folgende Beobachtungsschwerpunkte und Bewertungskriterien aufweisen: • Richtigkeit und Präzision der Techniken • Kraft und Dynamik der Ausführungen • Beherrschung/ Kontrolle des Krafteinsatzes • Gleichgewichtsbeherrschung • Zeit- und Distanzgefühl • Bewegungsausführung im Zusammenspiel mit der Partnerin/ dem Partner	
Zensur	Ausführung der Demonstration
1	Nahezu alle Bewegungsausführungen entsprechen den festgelegten Kriterien in besonderem Maße. Kraft, Dynamik und Distanzgefühl sind den Situationen angemessen.
2	Die meisten Bewegungsausführungen entsprechen den festgelegten Kriterien. Kraft, Dynamik und Distanzgefühl sind im Wesentlichen den Situationen angemessen.
3	Der überwiegende Teil der Bewegungsausführungen entspricht den festgelegten Kriterien. Kraft, Dynamik und Distanzgefühl weisen in einigen Situationen Schwächen auf.
4	Die Bewegungsausführungen entsprechen noch den festgelegten Kriterien trotz deutlicher Fehler in einigen Techniken. Kraft, Dynamik und Distanzgefühl weisen in vielen Situationen Schwächen auf.
5	Der überwiegende Teil der Bewegungsausführungen entspricht nicht den festgelegten Kriterien.
6	Nahezu alle Bewegungsausführungen entsprechen nicht den festgelegten Kriterien.

¹¹ Angelehnt an EPA-EB-Ergänzende Bestimmungen für die Abiturprüfung Sport 2019



7. Literaturverzeichnis

Niedersachsen. (2023). *Bestimmungen für den Schulsport*. Niedersachsen: RdErl. d. MK v. 1.12.2023.

Niedersächsisches Kultusministerium. (2017). *Kerncurriculum für die Schulformen des Sekundarbereichs I Schuljahrgänge 5-10 Sport*. Hannover: Unidruck.

Niedersächsisches Kultusministerium. (2018). *Kerncurriculum für das Gymnasium - Gymnasiale Oberstufe - Sport*. Hannover: Unidruck.

Staatsinstitut für Schulqualität München. (kein Datum). *Empfehlungen zur Einordnung der quantitativen Messergebnisse im Schwimmen und Leichtathletik*. München.