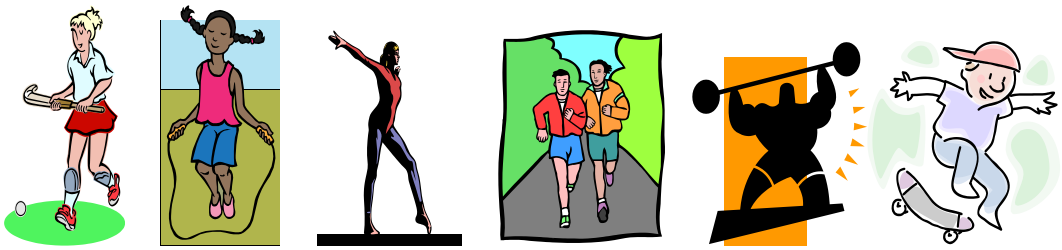
Max – Ernst – Gymnasium Brühl

Schulinterner Lehrplan Sport

nach dem neuen Kernlehrplan für die Sekundarstufe II (Stand 2013)

EINFÜHRUNGSPHASE (EF) zum SJ 2014 / 15



Kompetenzorientierung innerhalb der Unterrichtsvorhaben der EF

> *Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens* ***drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder*** *mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden. (KLP S. 20)*

In der nachfolgenden Konzeption der Einführungsphase (EF) werden die Bewegungsfelder 1, 3, 5, 6, 7 und 8 ausgewählt, um mit den Schülerinnen und Schülern (SuS) ein möglichst breites Spektrum an Bewegungsfeldern/Sportbereichen (BF/SB) zu erschließen, damit bei der in Q1 vorgesehenen Profilbildung innerhalb der Kurse auf entsprechende Erfahrungsgrundlagen zurückgegriffen werden kann.

Die Auswahl dieser obligatorischen BF/SB orientiert sich allgemein an den Unterrichtsbedingungen des MEG (z.B. Wegfall des BF/SB 4 – Schwimmen), speziell an der Ausrichtung des vorliegenden KLP-Sport S-I, zu dem eine entsprechende Weiterführung/Ergänzung im Hinblick auf die bereits durchgeführten Unterrichtsvorhaben (UV) in den einzelnen BF/SB in der EF erfolgen soll.

Hinsichtlich der bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen der Inhaltsfelder (IF) a bis f entscheidet sich die Fachkonferenz für eine Fokussierung auf den Bereich c (Wagnis und Verantwortung) in den UV 3 und 6 sowie den Bereich f (Gesundheit) in den UV 4 und 5. Innerhalb des UV 4 wird aber gleichgewichtig das IF d (Leistung) angesprochen, da die Teilnahme an außerschulischen Wettkämpfen (hier: Brühler Stadtlauf) einen traditionellen Bestandteil des Schulprogramms Sport darstellt.

Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halbjahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. HJ	**UV I**	**„Wir schwingen den Schläger“ – Hallenhockey (7)** Gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in Angriff und Abwehr für das (neue) Mannschaftsspiel Hallenhockey entwickeln sowie Spielregeln situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden (BWK) IF e: Kooperation und Konkurrenz („Spielgelegenheiten“) IF a: Bewegungslernen („Technikschulung“) ca. 12 Stunden
	UV II	**„Seilspringen einmal anders“ – Rope-Skipping (6)** Das Handgerät „Rope“ als Ausgangspunkt für eine Gruppenchoreographie (mit Musik) nutzen (BWK) IF b: Bewegungsgestaltung („Gestaltungskriterien“) IF a: Bewegungslernen (motorisch - koordinative Fertigkeiten / „Rope-Technik“) ca. 14 Stunden
	UV III	**„Schwingen, Stützen, Balancieren“ - Gerätturnen (5)** An Reck, Stufenbarren und Schwebebalken unterschiedliche Elemente und Bewegungsformen des Gerätturnens erproben und an einer selbst zusammen gestellten Gerätebahn anwenden (BWK). IF c: Wagnis und Verantwortung („Helfen und Sichern“) IF a: Bewegungslernen („normungebundenes“ Turnen) Konzepte und Prinzipien des motorischen Lernens ca. 12 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

2. HJ	**UV IV**	**„Fit für den Brühler Stadtlauf“ – Leichtathletik (3)** Ausdauer, auch außerhalb des Unterrichts, gezielt trainieren, das eigene Training dokumentieren und am „Jedermann“ / „Jugendlauf“ über 5000 Meter teilnehmen können (BWK). IF d: Leistung („Leistungssteigerung durch Training“) IF f: Gesundheit („Ausdauer-Gesundheitsprophylaxe“) ca. 16 Stunden
	UV V	**„So werde ich stark“ – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)** Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden mittels Zirkeltraining entwickeln und gezielt für sich selbst nutzen (BWK). IF f: Gesundheit („Körperideal und Leistungsfähigkeit“) IF d: Leistung (Basis : Sportphysiologie / Sportanatomie) ca. 10 Stunden
	UV VI	**„Was geht ? – Waveboard !“ – Rollsport (8)** Sportartspezifische Bewegungssituationen erproben und das individuelle Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen (BWK). IF c: Wagnis und Verantwortung („Spaß und Risiko“) IF a/b: Bewegungslernen / Bewegungsgestaltung (Raum) ca. 06 Stunden
	Freiraum	ca. 10 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (EPh) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: **„Wir schwingen den Schläger" – Hallenhockey (7)**

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiel - Hallenhockey

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltsfeld: a - Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt: Anwendung der Technik / Gestaltung von Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Lernwege zu grundlegenden Techniken sowie Aspekte der Planung, Durchführung und Auswertung von Spielsituationen des Hallenhockeys beschreiben. (SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für Hallenhockey verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Einführungssphase (EPh) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: **Seilspringen einmal anders“ – Rope-Skipping (6)** - eine Gruppenchoreographie mit Musik unter Berücksichtigung unterschiedlicher Gestaltungskriterien (Raumwege, Raumebenen, Formationen etc.) skizzieren, präsentieren und bewerten.

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Bewegungslernen und Bewegungsgestaltung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- motorisch - koordinative Fertigkeiten („Rope-Technik“) entwickeln
- das Handgerät „Rope“ als Ausgangspunkt für eine Gruppenchoreographie („Improvisation“) mit Musik nutzen.

Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)

Zeitbedarf: ca. 14 Std.

Einführungssphase (EPh) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: **„Schwingen, Stützen, Balancieren“ – Gerätturnen (5) –** unterschiedliche turnerische Elemente an den Geräten Reck, Stufenbarren und Schwebebalken erproben, an einer selbst konzipierten Gerätebahn unter Beachtung der Maßnahmen zum Helfen und Sichern anwenden.

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Normungebundenes Turnen von Grundformen an weitgehend unbekannten Geräten und Gerätebahnen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche turnerische Elemente an nicht schwerpunktmäßig in der S I behandelten Geräten (hier: Reck, Stufenbarren und Schwebebalken) ausführen und miteinander mittels einer Gerätebahn kombinieren
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Inhaltsfelder: c: Wagnis und Verantwortung

a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Schwerpunkte: Konzepte und Prinzipien des motorischen Lernens
Grundlagen des Helfen und Sicherns

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (SK)
- mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MK)
- unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UK)
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Einführungssphase (EPh) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: **„Fit für den Brühler Stadtlauf" – Leichtathletik (3)**
- die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren, das eigene Training dokumentieren und am „Jedermann" / „Jugendlauf" über 5000 Meter teilnehmen können.

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichathletik

Inhaltliche Kerne: Leichathletische Disziplinen, hier unter Berücksichtigung des Themas (Ausdauer-) Lauf.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- hier: die Teilnahme an einem außerschulischen, leichtathletischen Lauf-Wettbewerb unter realistischer Einschätzung der persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Inhaltsfelder: d - Leistung f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und Organisation (d)
Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK)
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK)
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lern- bzw. Lauftagebuch) (MK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)
- sich selbständig auf den Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und das Vorgehen dabei begründen (MK)
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 18 Std.

Einführungssphase (EPh) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: „So werde ich stark“ (1) – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden mittels Zirkeltraining entwickeln und gezielt für sich selbst nutzen.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltliche Kerne: Formen der Fitnessgymnastik
Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm (hier: Zirkeltraining) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Inhaltsfelder: f – Gesundheit
d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) - Trainingsplanung und Organisiation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- die Methode des Zirkeltrainings zur Verbesserung der motorischen Grundeigenschaften (hier: Kraft) zielgerichtet anwenden. (MK)
- den eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Einführungssphase (EPh) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **„Was geht ? – Waveboard !“ – Rollsport (8)** –
sportartspezifische Bewegungssituationen erproben und das individuelle Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen

BF/SB: Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport

Inhaltlicher Kern: Fortbewegung auf Rädern und Rollen (hier: Waveboard fahren)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- den körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.
- In Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und das Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung
a/b:Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte: Spannung und Risiko (c)

Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken) (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entsstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (SK)
- mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MK)
- unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 06 Std.

Summe Einführungsphase: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

Grundsätze der Leistungsbewertung in der Einführungsphase

Grundlage der Leistungsbewertung sind § 48 SchulG, § 13 APO-GOSt sowie die in der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I (vgl. KLP-S I des MEG).

Das in der S-I zur Leistungsbeurteilung herangezogene, sehr differenzierte „Kompetenzprofil“ bedarf aufgrund der Erweiterung des KLP-Sport der S II um die SACHKOMPETENZ (Prinzip der reflektierten Praxis) einer Revision bzw. Novellierung, um den veränderten Bedingungen des Oberstufensportes gerecht werden zu können.

Da alle Sportkurse der EF eine inhaltsgleiche Obligatorik aufweisen, ist insbesondere auf die Einhaltung von Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung zu achten.

Basis der Leistungsbewertung ist dabei die Übereinkunft der Fachkonferenz über die folgenden sportfachlichen Grundsätze des Oberstufensports:

Der Sportunterricht am MEG folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung, u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtvorhabens, gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte, werden aber nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen. Adressaten sind hier insbesondere die SuS, die aufgrund besonderer Umstände (Verletzung, Krankheit o.ä.) am Sportunterricht zeitweise nicht aktiv teilnehmen können.

Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung EF

Allgemeine Bewertungskriterien im Bereich der **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**:

- Bewegungskönnen (technisch, taktisch, konditionell, kreativ-gestalterisch)
- Lernfortschritt im Bereich der motorischen Grundeigenschaften
- Weiterentwicklung des sportlichen Könnens

Spezifische Bewertungskriterien im Bereich der BWK:

- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen
- Ergebnisse punktueller Leistungsüberprüfungen quantitativer und/oder qualitativer Art im jeweiligen UV

Zu den punktuellen Leistungsüberprüfungen („Tests“) legt die Fachkonferenz entsprechend einheitliche und damit vergleichbare Standards vor.

Die Fachkonferenz Sport legt fest, dass durch den Bereich der BWK allein 50 % der Gesamtnote Sport eines Schulhalbjahres erfasst werden !

Allgemeine Bewertungskriterien im Bereich der **Sachkompetenz (SK):**

- Wiedergabe von Kenntnissen und Erfahrungen
- Beschreibung und Erläuterung von Sachverhalten

Spezifische Bewertungskriterien im Bereich der SK:

- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen
- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldübergreifenden (inhaltsfeldspezifischen) Kompetenzerwartungen

Allgemeine Bewertungskriterien im Bereich der **Methodenkompetenz (MK):**

- Erläuterung, Unterscheidung und Anwendung von Methoden im Sport
- Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern- ,Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen
- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit im sportlichen Handeln

Spezifische Bewertungskriterien im Bereich der MK:

- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen
- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldübergreifenden (inhaltsfeldspezifischen) Kompetenzerwartungen

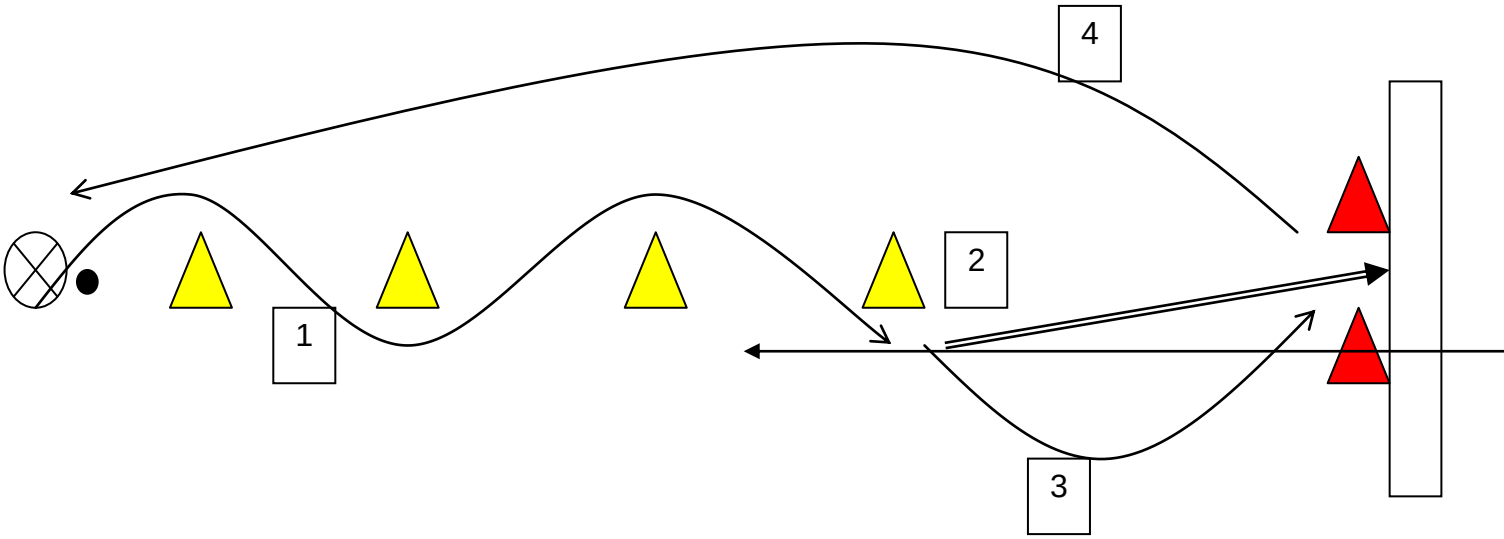
Allgemeine Bewertungskriterien im Bereich der **Urteilskompetenz (UK):**

- Sachgerechte und kritisch reflektierte Erläuterung und Beurteilung von Zusammenhängen im Sport und Sportunterricht
- Selbst- und Fremdwahrnehmung von positiven und negativen Einflüssen von Sporttreiben, z.B. im Hinblick auf Aspekte wie Gesundheit, Fairness, Konkurrenz, Geschlechtsspezifik o.ä.

Spezifische Bewertungskriterien im Bereich der UK:

- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen
- Die den 6 UV zu Grunde liegenden bewegungsfeldübergreifenden (inhaltsfeldspezifischen) Kompetenzerwartungen

Kriterien der Leistungsbewertung für den Technik - Parcours Hockey
Punktuelle Lernerfolgsüberprüfung am Ende des UV I - EF



1 = Slalom (regelgerechtes Ballführen, nur mit der flachen Schlägerseite !)
2 = Torschuss aus der Bewegung
3 = Ballannahme / Ballmitnahme
4 = Langpass zum nächsten Spieler (Annahmesituation für den Mitspieler)

Bewertungskriterien zum Technikparcours Hockey UV I

AUSFÜHRUNGSQUALITÄT

- Bewegungsqualität
- Präzision
- Geschwindigkeit
- Regeleinhaltung Schlägerseite

Beispiel für eine Bewertung mit der Note „gut“:

Der Technikparcours gilt als "gut" bewältigt, wenn der Prüfling den Ball regelgerecht und in spielgemäßem Tempo korrekt durch den Slalom führt.

Der Prüfling kann aus der Bewegung heraus einen gezielten Torschuss in der erlernten Schlagtechnik zielgenau durchführen.

Er nimmt den von der Langbank abprallenden Ball spielgerecht an- und mit.

Der Prüfling passt abschließend den Ball aus der Bewegung heraus spielgemäß über die vorgeschriebene Distanz dem Mitspieler präzise auf dessen Startposition zu.

Die Ausführungsqualität entsprach voll den Anforderungen.

Beispiel für eine Bewertung mit der Note „ausreichend“:

Der Technikparcours gilt als "ausreichend" bewältigt, wenn der Prüfling den Ball überwiegend regelgerecht und kontrolliert durch den Slalom führt.

Dem Prüfling gelingt in der Grobform der erlernten Schlagtechnik ein Torschuss in die Zielrichtung.

Die An- und Mitnahme des von der Langbank abprallenden Balles erfolgt nur zum Teil bewegungsgerecht.

Der abschließende Pass über die Distanz erfolgte in verminderter Bewegungsschnelligkeit in die Nähe des Mitspielers.

Die Ausführungsqualität entsprach trotz der Mängel noch den Anforderungen.

Beispiel zur Erfassung der Leistung im Bereich der Methodenkompetenz im Verlauf des UV II der EF :

„Seilspringen einmal anders“ – Rope-Skipping als Gruppenchoreographie

Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“ (hier: MK)

sehr gut	**gut**
Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.	**Die Schülerin/der Schüler** arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.
befriedigend	**ausreichend**
Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.	**Die Schülerin/der Schüler** ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
mangelhaft	**ungenügend**
Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	**Die Schülerin/der Schüler** zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.

*** Quelle: MSW: Beispiel für einen schulinternen Lehrplan zum KLP für die gymnasiale Oberstufe (2013)**

Kriterien der Leistungsbewertung der Gruppenchoreographie – Rope Skipping
Punktuelle Lernerfolgsüberprüfung („Auftritt“) am Ende des UV II - EF

Benotung der Gesamtchoreographie / Gestaltung als Gruppenleistung sowie Benotung der individuellen Ausführung als Einzelleistung im Verhältnis 1:1

Dauer der Präsentation: ca. 2 Minuten (+/- 10%)

Bewertungsgrundlagen:

GESTALTUNG und VARIATION

- Raum (Weg, Ebene, Richtung, Dimension, Gruppierungsform,)
- Zeit (Tempo- und Rhythmusgestaltung zur Musik, Akzentsetzung, Wiederholung, Zäsur)
- Form (Sprünge, Schwünge, Drehungen,)
- Dynamik (Intensität, Kontrast, Spannung)

SCHWIERIGKEITSGRAD und AUSFÜHRUNGSQUALITÄT

- Bewegungsqualität bzw. –präzision
- Körperhaltung / Körperspannung
- Darstellungsfähigkeit
- Koordination von Körper und Rope
- Übereinstimmung von Bewegung und musikalischer Begleitung

Benotung der beiden Kriterien im Verhältnis 2:1

Beispiel für eine Bewertung mit der Note gut:

Der Gruppe gelang es bei ihrem Auftritt, mehrere im Unterricht vermittelte Sprung- bzw. Schwungvarianten innerhalb verschiedenen Raumformationen und Raumwege weitgehend im passenden Bewegungsrhythmus zur Musik und unter Beachtung der Synchronität in einer von einem originellen Auftakt sowie einer ansprechenden Schlusspose umrahmten Choreographie zu demonstrieren. Schwierigkeitsgrad und Ausführungsqualität entsprachen voll den Erwartungen.

Beispiel für eine Bewertung mit der Note ausreichend:

Die Gruppe konnte lediglich 1-2 Sprung- bzw. Schwungvarianten zeigen und beschränkte sich auch bei den Raumformationen und Raumwegen. Der Bewegungsrhythmus zur Musik wurde nur phasenweise eingehalten, synchrone Bewegungen gelangen selten. Auftakt und Schluss waren erkennbar.

Beispiel zur Erfassung der Leistung im Bereich des Bewegungsfeldes Turnen im UV III der EF :

Übungselemente für die vom Prüfling zusammengestellte Gerätebahn

Stufenbarren

1.) Felgaufschwung vom unteren Holm um den oberen Holm
2.) Hohe Wende: Sicherheitsstellung zwischen den Holmen
3.) Hockwende vom unteren Holm über den oberen Holm
4.) Unterschwung: Griff am oberen Holm über den unteren Holm

Reck

1.) In den „Stütz“ gehen, umgreifen
2.) „Abrollen“, dabei Füße langsam und weich aufsetzen
3 a) Felgaufschwung oder
3 b) Aufschwung mit Hilfe (z.B. schräge Ebene)
4.) Felgumschwung
5 a) Unterschwung aus dem Stütz oder
5 b) Unterschwung aus dem Stand

Schwebebalken

1.) Aufgang
2.) Vor- und Rückwärtsbewegungen
3.) mindestens ein Gleichgewichtselement
4.) mindestens ein Sprungelement
5.) mindestens ein Drehelement
6.) Abgang

Die Qualität der Ausführung einer Übung ist:

„Sehr gut“ (13-15 Punkte)	wenn sie fließend geturnt ist und eine rhythmische Betonung im Ablauf deutlich zu erkennen ist. Kleinere Haltungsmängel können vorkommen, dürfen aber die o.g. Kriterien nicht beeinflussen. Die einzelnen Fertigkeiten müssen als gekonnt angesehen werden.
„Gut“ (10-12 Punkte)	wenn bei der Ausführung einzelner Fertigkeitsteile zwar kleinere Mängel auftreten und kleinere Haltungsmängel vorkommen, die Übung aber insgesamt noch als fließend geturnt angesehen werden kann und eine rhythmische Betonung noch zu erkennen ist.
„Befriedigend“ (7-9 Punkte)	wenn Unterbrechungen im Bewegungsfluss und Haltungsmängel öfter auftreten, die Fertigkeiten im großen und ganzen aber als beherrscht angesehen werden können. Rhythmische Betonung und Bewegungsfluss erscheinen leicht beeinträchtigt, der gesamte Bewegungsablauf kann jedoch als zusammenhängend angesehen werden.
„Ausreichend“ (4-6 Punke)	wenn eine rhythmische Betonung kaum erkennbar ist, im Bewegungsfluss öfter Unterbrechungen auftreten, einzelne Fertigkeiten schlecht ausgeführt werden und der gesamte Bewegungsablauf leicht gestört erscheint
„Mangelhaft“ (1-3 Punkte)	wenn der Bewegungsablauf insgesamt gestört ist, die Mehrzahl der Fertigkeiten schlecht ausgeführt wird und ein rhythmischer Ablauf nicht mehr erkennbar ist
„Ungenügend“ (0 Punkte)	wenn alle Fertigkeiten schlecht ausgeführt werden und ein Gesamtzusammenhang der Übung nicht mehr erkennbar ist.

Beispiel zur Erfassung der Leistung im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz im UV IV der EF:

„Fit für den Brühler Stadtlauf“
(Ziel: Teilnahme am 5000 Meter-Lauf)

Allgemeine Bewertungskriterien:

- Bewegungskönnen: Lauftechnik / Renneinteilung / Grundlagenausdauer
- Lernfortschritt im Bereich der Ausdauerleistungsfähigkeit über 5000 Meter
- Weiterentwicklung des sportlichen Könnens unter Wettkampfbedingungen

Spezifische Bewertungskriterien:

- Individuelle Qualität und Quantität des Ausdauertrainings innerhalb und außerhalb des Sportunterrichts, auch anhand der Trainingsdokumentation.
- Ergebnisse des 5000 Meter „Jugend- bzw. Jedermannlaufes“ am Wettkampftag als punktuelle Leistungsüberprüfung, unter Einbeziehung der Ergebnisse aller Starter und des Kurses sowie des Einzelnen im Vergleich zur Ausgangszeit zu Beginn des UV.

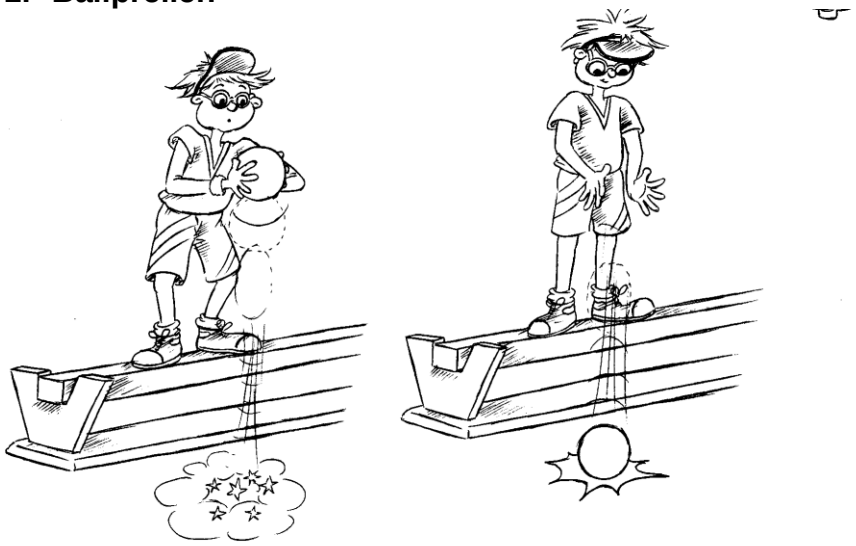
Tabelle zur Benotung der Laufzeiten über 5000 m – Stadtlauf Brühl – UV IV - EF

Schuljahr 2014 / 2015 – Jahrgänge 98/99

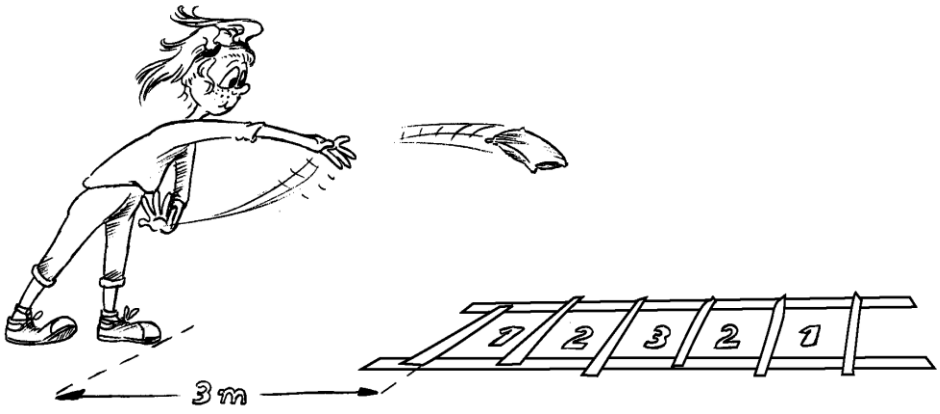
Punkte	Schüler	Schülerinnen
15	20:00	23:00
14	20:30	23:30
13	21:00	24:00
12	22:00	25:00
11	22:30	25:30
10	23:00	26:30
9	23:30	27:00
8	24:30	27:30
7	25:00	28:30
6	26:00	29:30
5	27:00	30:30
4	28:00	32:00
3	30:00	34:00
2	32:00	36:00
1	34:00	37:00
0	35:00	38:00

Beispiel für eine punktuelle Lernerfolgskontrolle zum UV V – EF
Münchener Fitnesstest (MFT)
als Beispiel für fächerübergreifenden Unterricht mit dem Fach Biologie

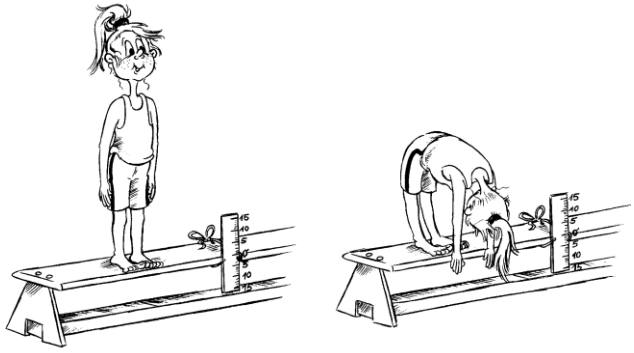
1. Ballprellen



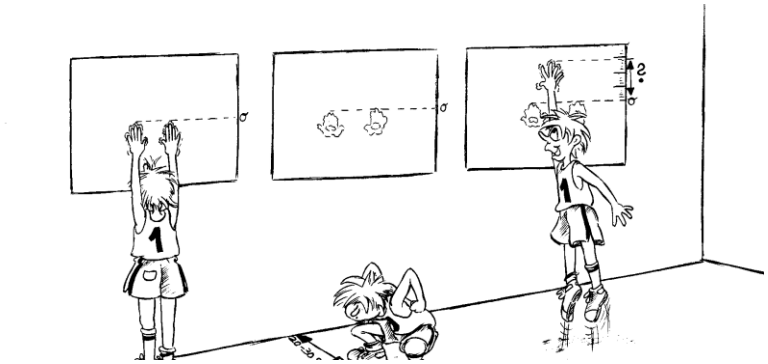
2. Zielwerfen



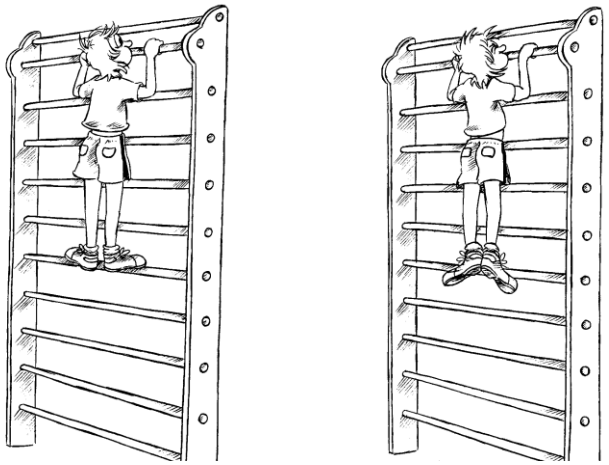
3. Rumpfbeugen/Hüftbeugen



4. Standhochspringen



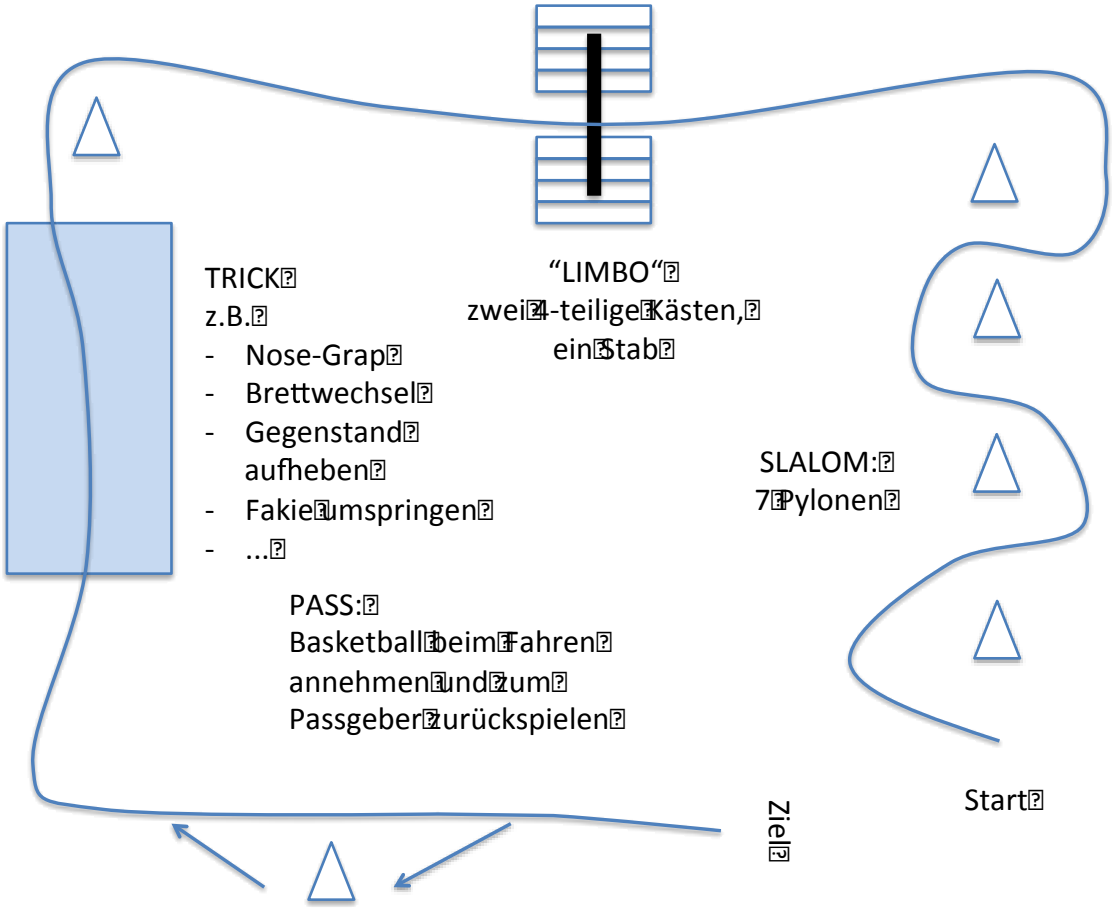
5. Halten im Hang



6. Stufensteigen



Kriterien der Leistungsbewertung für den Technikparcour Waveboard
Punktuelle Lernerfolgsüberprüfung am Ende des UV VI - EF



Bewertung des Parcours nach Zeit und Schwierigkeitsgrad der gezeigten Technikelemente

Bewertungsgrundlagen:

PARCOURELEMENTE

Slalom:	7 Pylonen im Abstand von ca 1,5 m
Limbo:	Unterfahren eines Hindernisses aus zwei vierteiligen Kästen mit einem quer gelegten Stab
Trick:	Demonstration von 1-3 Tricks, z.B. Nose-Grap, Brettwechsel, Umspringen und Fakiefahren, Aufheben eines Gegenstandes. Selbst erdachte Bewegungsformen sind möglich.
Pass:	Rückpass eines in der Vorwärtsbewegung zugespielten Basketballes zum Passgeber

SCHWIERIGKEITSGRAD und AUSFÜHRUNGSQUALITÄT

- Bewegungsqualität bzw. –präzision
- Geschwindigkeit der Fortbewegung
- Schwierigkeitsgrad der Tricks

Beispiel für eine Bewertung mit der Note „gut“:

Dem Prüfling gelang es, den Slalom sicher zu durchfahren, ohne die Pylonen zu berühren sowie das Hindernis zu unterfahren, ohne die Stange abzuwerfen.

Der Prüfling zeigte ein oder zwei Tricks mit mittlerem Schwierigkeitsgrad (z.B. Nosegrap, Aufheben eines Gegenstandes) oder einen Trick mit hohem Schwierigkeitsgrad (z.B. Brettwechsel oder Fakiefahren).

Der Prüfling konnte den zugepassten Basketball während der Fahrt annehmen und zielgerichtet zurückspielen.

Der Prüfling verließ während der Parcourfahrt nicht mehr als einmal das Brett und führte den Durchlauf insgesamt in einem zügigen Tempo durch.

Schwierigkeitsgrad und Ausführungsqualität entsprechen voll den Anforderungen.

Beispiel für eine Bewertung mit der Note „ausreichend“:

Der Prüfling konnte mit kleiner Hilfestellung anfahren und sich grundsätzlich ohne Hilfe auf dem Waveboard fortbewegen.

Beim Slalom durchfuhr er einzelne Tore, das Unterfahren des Hindernisses gelang ihm zumindest im zweiten Anlauf.

Der Prüfling demonstrierte lediglich einen Trick mit geringem Schwierigkeitsgrad.

Die Annahme des Passes gelang, das Rückspiel zum Passgeber war ungenau.

Der Prüfling verließ mehrfach das Brett und benötigte beim Anfahren zum Teil Hilfestellung.

Die Fortbewegung war durch geringes Tempo und wenig Bewegungsfluss gekennzeichnet.

Die Ausführungsqualität wies Mängel auf, entsprach aber noch den Anforderungen.

Anhang: Alternative zum Münchener Fitnesstest (Berichtform eines Läufers)

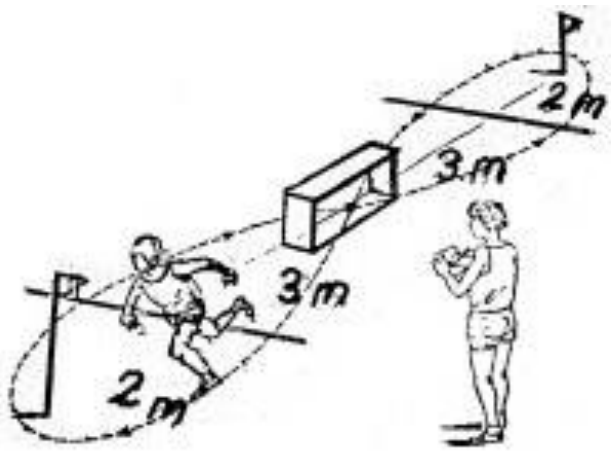
Haro-Fitness-Test

„Fitness-Test im Sportunterricht"

Ich stehe auf Schulsport und sportliche Quälen, das ist nicht neu. Nach Wochen der läuferischen Enthaltung und damit fehlender *Tempospritzen* erhielt ich heute im Sportunterricht endlich wieder die Chance, bis an die Grenze zu gehen und mich richtig auszupowern. Nach dem *Cooper-Test* (für die anderen) am letzten Montag stand heute der nächste Test auf dem Programm: **Haro-Fitness-Test**.

Nachdem in der ersten Sportstunde allgemeines Tanztraining für den Abiball angeboten wurde, verstreute sich der Jahrgang danach auf die drei Kurse. Während die anderen Völkerball spielten oder weiter tanzten, ging es bei uns zur Sache. **Haro-Fitness-Test*** - es wirkt ein wenig wie beim Militär. Es werden sechs Stationen aufgebaut, die in der vorgegebenen Reihenfolge absolviert werden müssen. An jeder Station hat man 30 Sekunden Zeit, um möglichst viele Durchführungen zu schaffen. Anschließend bleiben einem zwei Minuten, um zu verschnaufen, bevor man zur nächsten Station gebeten wird. Der jeweilige Partner, der erst nach dem gesamten Durchlauf selbst startet, zählt die Durchführungen und notiert die Punkte.

Los geht es mit dem **Achterlauf** (verschiedene Zonen, hin und zurück: 10 Punkte), der einige vielleicht an den StrongmanRun erinnern dürfte. Selbst auf dem Hallenboden konnten wir uns gut die Knie aufschlagen. Außerdem machte einen das ständige Kriechen ziemlich zu schaffen. Für den Anfang eine anstrengende Übung.



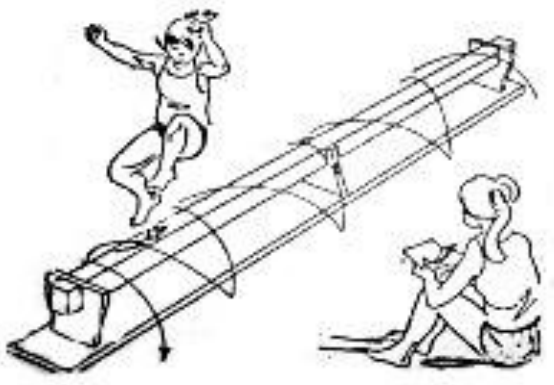
Achterlauf

Als nächstes kamen die **Situps** (jede Bankberührung: 1 Punkt), die zumindest gefühlt meine heutige Paradedisziplin waren. Mit einem Höllentempo legte ich los, schnaufte kräftig und hielt durch. Das abendliche Training in den hiesigen vier Wänden machte sich bemerkbar. Verdammt anstrengend war es trotzdem.



Sit-Up

Anschließend folgte das **Zick-Zack-Springen** (jede Landung beider Füße: 1 Punkt), das ich bereits in der vorigen Woche kurz angetestet hatte: Das könnte richtig gut werden. Heute ließen allerdings mit der Zeit die Kräfte in den Oberschenkeln nach. So richtig viel Power steckte da nicht mehr dahinter. Die bisherigen Übungen waren zu spüren.



Zick-Zack-Springen

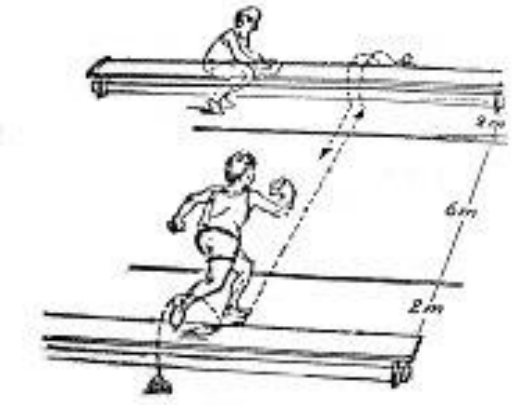
Danach kamen wir zu den **Liegestütz** (pro Klatschen auf dem Rücken: 1 Punkt) - wenn es doch nur einfache Liegestütz gewesen wären. Das ewige Ablegen und Klatschen auf dem Rücken forderte aber noch mehr. Da musste ich noch mehr schnaufen.



Liegestütz

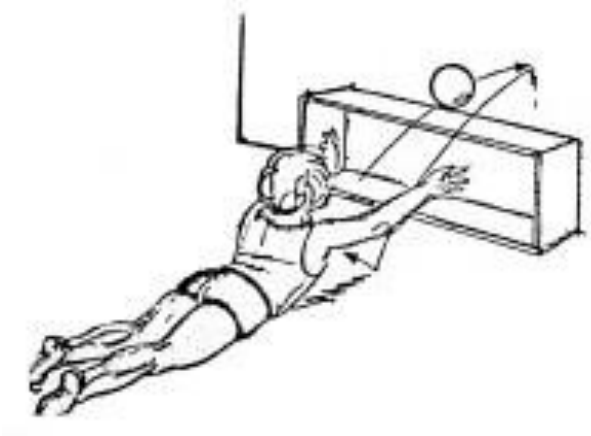
So langsam merkte ich - bei diesem Test geht man an seine Grenzen. Die zwei Minuten Pause genügten keinesfalls, um sich auch nur annähernd zu erholen, was aber auch nicht geplant war. Leider hatte ich keine Pulsuhr mit - eine sehr gute Möglichkeit um den Maximalpuls zu bestimmen. Das Herz pumpte wie wild und der Kopf dröhnte. Ich fühlte mich wohl.

Auch den etwas entspannenderen **Pendellauf** (verschiedene Zonen, hin und zurück: 6 Punkte) konnte ich nicht wirklich zum Erholen nutzen, obwohl ich hier nicht alles gab. Eher achtete ich auf sichere Landungen und einen *geschickten Lauf*. Das klappte auch ganz gut.



Pendellauf

Den Abschluss machte der **Ballwurf** (pro Wandberührung: 1 Punkt), der noch einmal die letzten Kräfte aus dem Oberkörper saugte. Besonders ist zu beachten, dass der Basketball nach der Wandberührung noch den Boden berühren muss. Da bereits vor Beginn mein Puls noch in sonstigen Höhen lag, fand auch ich hier mein Ende. Die letzten 10 Sekunden stütze ich mich mit dem rechten Arm ab und warf nur noch mit halber Kraft.



Ballwurf

Am Ende erreichte ich trotzdem 186 Punkte - was das möglicherweise bedeutet - keine Ahnung. Aber durchschnittlich 31 Punkte pro Station und damit gut eine Sekunde pro Durchführung - ich war zufrieden. Noch mehr zufrieden war ich aber einfach nur, weil ich mich endlich wieder so richtig auspowern konnte. Schade, dass wir den Test wahrscheinlich nächste Woche nur in der ersten Stunde durchführen könnten. In der Stunde muss ich schließlich die nicht besuchte Tanzschule nachholen.

Und nicht zu vergessen: Der **Muskelkater** meldet sich bereits jetzt. Dazu insgesamt sechs Ratscher am Körper. Jawoll! Sport ist toll.

* Leider gibt es im Internet nichts Brauchbares über den Test.