

Vorwort

Für den Unterricht in den Jahrgangsstufen 5 und 6 der allgemein bildenden Schulen werden hiermit erstmals einheitliche Rahmenpläne vorgelegt.

Diese gelten für die Orientierungsstufe und sinngemäß – unter Berücksichtigung der Verwaltungsvorschrift „Die Arbeit in der integrierten Gesamtschule“ vom 4. Juli 1996 – für die Jahrgangsstufen 5 und 6 der integrierten Gesamtschule. Das besondere Ziel in diesen Jahrgangsstufen besteht darin, die Schüler auf die Anforderungen in den weiterführenden Bildungsgängen vorzubereiten und ihre individuellen Fähigkeiten, Fertigkeiten, Interessen und Begabungen zu fördern. Der Unterricht in der Orientierungsstufe und den Jahrgangsstufen 5 und 6 der integrierten Gesamtschule ist vor allem an bildungsgangübergreifenden Zielen ausgerichtet.

Die Jahrgangsstufen 5 und 6 bilden die Gelenkstelle zwischen der Grundschule und dem zunehmend fachbezogenen Unterricht ab der Jahrgangsstufe 7.

Der Übergang soll behutsam und altersgerecht erfolgen. Die Lerninhalte und Lernmethoden der Grundschule werden aufgegriffen und auf abstrakterem Niveau fortgeführt. Dabei sind fachübergreifendes Arbeiten, Formen des offenen Arbeitens, binnendifferenzierter Unterricht, handlungs- und praxisbezogenes Lernen und Projektarbeit wichtige unterrichtliche Verfahren.

Der Rahmenplan basiert auf einem ganzheitlichen Bildungsansatz. Das Ziel ist, die Schüler zu einer umfassenden Handlungskompetenz, zu einem selbst verantworteten und selbst bestimmten Handeln zu befähigen. Dazu gehören neben dem Erwerb von Sachkompetenz auch die Entwicklung von Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz. Diese sind in allen Fächern von gleichrangiger Bedeutung.

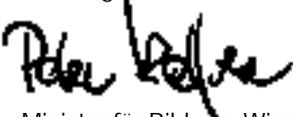
Lernen soll auch Freude bereiten. Insbesondere im Lernalter der Fünft- und Sechstklässler kommen die Schüler mit einer hohen Leistungsbereitschaft in den Unterricht. Der Lehrer hat die wichtige und sicherlich nicht immer leichte Aufgabe, diese oft ungebremste Begeisterung der Schüler in einen systematischen Unterricht zu lenken. Es erfordert eine hohe Professionalität, die Schüler dabei individuell zu motivieren und zu fördern.

Den Lehrkräften wünsche ich viel Erfolg und Schaffenskraft. Der vorliegende Rahmenplan macht Ihnen nicht nur Vorgaben. Er lässt bewusst Raum für einen schülerbezogenen Unterricht und gibt dazu viele Anregungen und Hinweise.

Ich fordere Sie auf, diese Möglichkeiten des Rahmenplans bei der Gestaltung Ihres schulinternen Lehrplans in Absprache mit Ihren Schülern und Kollegen zu nutzen.

Den Mitgliedern der Rahmenplankommission danke ich für die geleistete Arbeit. Für ihre weitere Tätigkeit ist die Kommission in der nun folgenden Erprobungsphase auf die Hinweise und Anregungen aus den Schulen angewiesen.

Ich bitte Sie um eine kritische Erprobung dieses Rahmenplans und um Ihre Rückmeldungen.



Minister für Bildung, Wissenschaft und Kultur
Prof. Dr. Peter Kauffold

Inhaltsverzeichnis

Seite

1	Die Orientierungsstufe und die Jahrgangsstufen 5 und 6 der integrierten Gesamtschule	5
1.1	Aufgaben und Ziele.....	5
1.2	Kompetenzen.....	5
1.3	Unterrichtsgestaltung.....	7
1.4	Gewaltprävention.....	7
1.5	Neue Medien im Unterricht.....	8
1.6	Beschreibung der Lernentwicklung und Bewertung der Schülerleistungen.....	8
1.7	Projekte.....	9
2	Der Beitrag des Faches Sport zur Entwicklung von Kompetenzen	11
3	Zum Umgang mit dem Rahmenplan	13
3.1	Themenwahl	14
3.2	Grundsätze der Unterrichtsgestaltung	15
3.3	Organisation des Unterrichts.....	16
3.4	Leistungsbewertung	16
3.5	Außerunterrichtlicher Sport	17
4	Fachplan	
	Sportarten, Spiel- und Bewegungsformen als Themenbereiche.....	17
4.1	Themenbereich 1: Sportspiele.....	17
4.1.1	Basketball.....	19
4.1.2	Handball.....	20
4.1.3	Fußball.....	20
4.1.4	Volleyball.....	21
4.2	Themenbereich 2: Gerätturnen.....	22
4.3	Themenbereich 3: Gymnastik/Tanz	24
4.4	Themenbereich 4: Leichtathletik	26
4.5	Themenbereich 5: Schwimmen	28
4.6	Themenbereich 6: Wahlbereich	30
4.6.1	Hockey.....	30
4.6.2	Badminton	31
4.6.3	Tischtennis.....	32
4.6.4	Tennis.....	33
4.6.5	Wassersport.....	34
4.6.5.1	Rudern	34
4.6.5.2	Kanu.....	35
4.6.5.3	Segeln	36
5	Anregungen für fachübergreifende und fächerverbindende Projekte	36

1 Die Orientierungsstufe und die Jahrgangsstufen 5 und 6 der integrierten Gesamtschule

1.1 Aufgaben und Ziele

Die Jahrgangsstufen 5 und 6 bilden eine schulorganisatorische und pädagogische Einheit, in der

- jeder Schüler zu seiner Orientierung die eigene Lern- und Leistungsfähigkeit sowie seine Interessengebiete zur Vorbereitung auf die spätere Wahl seines Bildungsweges erkennen lernen soll,
- jeder Schüler die Möglichkeit erhält, sich auf die Anforderungen des Sekundarbereiches I vorzubereiten.

Die beiden Schuljahre sind eine Phase der Fremd- und zunehmend der Selbstbeobachtung. Daraus ergibt sich die individuelle Förderung des Schülers. Weder in ihren Lerninhalten noch in ihren Lernformen sind sie einseitig auf einen der weiterführenden Bildungsgänge ausgerichtet.

In dieser Phase sind

- die Lerninhalte und Lernformen der Grundschule aufzugreifen und fortzuführen;
- die Schüler an neue Inhalte und Arbeitsweisen heranzuführen;
- die individuellen Begabungen, Fähigkeiten, Fertigkeiten, Neigungen und Interessen des Schülers durch gemeinsames Lernen im binnendifferenzierten Klassenunterricht zu ermitteln;
- die Lernprozesse so zu gestalten, dass Schüler sich selbst erproben können;
- Schülern und Eltern durch geeignete Leistungsbeurteilungen und individuelle Beratung Orientierungen für die Wahl des weiterführenden Bildungsganges ab Jahrgangsstufe 7 zu geben.

1.2 Kompetenzen

Wichtigstes Ziel von Schule ist es, dem jungen Menschen zu einer Handlungskompetenz zu verhelfen, die für seine Lebensbewältigung wichtig ist. Dazu gehören neben dem Erwerb von Sachkompetenz auch die Entwicklung von Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz. Die Rahmenpläne für die Orientierungsstufe und die Jahrgangsstufen 5 und 6 der integrierten Gesamtschule basieren auf einem ganzheitlichen Bildungsansatz, der zum Ziel hat, die Schüler zu selbst verantwortetem und selbst bestimmtem Handeln zu befähigen. Dies bedeutet:

- Der Unterricht in jedem einzelnen Fach leistet dazu seinen spezifischen Beitrag.
- Der Lehrer hat in jedem einzelnen Fach zu prüfen, inwiefern es diesem Anspruch gerecht wird und dem Schüler eine praxis- und lebensrelevante Sachkompetenz vermittelt.
- Im Unterricht aller Fächer ist die Entwicklung sowohl der Sach- als auch der Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz von gleichrangiger Bedeutung.

Die folgende Darstellung trägt Modellcharakter und dient dem Ziel, Lernen als mehrdimensionalen Prozess zu beschreiben.

Die Kompetenzen, die zur Handlungskompetenz führen, sind in ihrer wechselseitigen Bedingtheit zu sehen, sie durchdringen sich gegenseitig und werden in der tätigen Auseinandersetzung mit fachlichen und fachübergreifenden Inhalten des Unterrichts erworben. Die Fachpläne

- verdeutlichen durch die Ziele und Inhalte den spezifischen Beitrag zur Ausprägung der Kompetenzen,
- weisen auf jene Lernsituationen, die für die Entwicklung bestimmter Kompetenzen günstig scheinen.

Handlungskompetenz

Selbstkompetenz Sachkompetenz Sozialkompetenz

In der nachfolgenden Tabelle werden Aspekte der Kompetenzen beispielhaft und allgemein dargestellt. Konkrete Hinweise der Interpretation und Umsetzung der Kompetenzen sind den einzelnen Fachplänen zu entnehmen.

Sachkompetenz	Methodenkompetenz	Selbstkompetenz	Sozialkompetenz
<ul style="list-style-type: none"> - Fachwissen erwerben und verfügbar halten - Können ausbilden - Zusammenhänge erkennen - in einer Disziplin erworbenes Wissen und Können sowie gewonnene Einsichten in Handlungszusammenhängen anwenden - Wissen zu sachbezogenen Urteilen heranziehen u. a. 	<ul style="list-style-type: none"> - rationell arbeiten - Lernstrategien entwickeln - Arbeitsschritte zielgerichtet planen und anwenden - unterschiedliche Arbeitstechniken sachbezogen und situationsgerecht anwenden - Informationen beschaffen, speichern, im spezifischen Kontext bewerten, sachgerecht aufbereiten - Probleme erkennen, analysieren, flexibel verschiedene Lösungswege erproben - Ergebnisse strukturieren und präsentieren u. a. 	<ul style="list-style-type: none"> - eigene Stärken und Schwächen erkennen und einschätzen - Selbstvertrauen und Selbstständigkeit entwickeln - Verantwortung übernehmen und entsprechend handeln - sich selbst Arbeits- und Verhaltensziele setzen - zielstrebig und ausdauernd arbeiten - mit Erfolgen und Misserfolgen umgehen - Hinweise anderer aufgreifen - Hilfe leisten und annehmen u. a. 	<ul style="list-style-type: none"> - mit anderen gemeinsam lernen - eine positive Grundhaltung anderen gegenüber einnehmen - anderen einfühlsam begegnen - sich an vereinbarte Regeln halten - solidarisch und tolerant handeln - mit Konflikten angemessen umgehen u. a.

1.3 Unterrichtsgestaltung

Die Schule muss dazu beitragen, dass die Heranwachsenden zu lebenslangem und selbst verantwortetem, selbst gesteuertem Lernen befähigt werden.

Deshalb sind verstärkt Lernsituationen zu schaffen, in denen die Schüler ihrem Entwicklungsstand entsprechend selbstständig – allein oder mit anderen – Lernprozesse vorbereiten, interaktiv gestalten, reflektieren, regulieren und bewerten.

Rahmenpläne können als zentrale Vorgaben nicht auf die Spezifik einer konkreten Unterrichtssituation eingehen. Die Arbeit mit dem Rahmenplan erfordert,

- die Lernvoraussetzungen der Schüler und ihre Alltagserfahrungen zu berücksichtigen,
- in beiden Jahrgangsstufen den Unterricht binnendifferenziert und mit Blick auf die Ausprägung aller Kompetenzen beim Schüler zu gestalten.

Das Kompetenz-Modell als gemeinsame Basis der Rahmenpläne ermöglicht es, dass die Fächer unter Wahrung ihrer Selbstständigkeit enger zusammenrücken. Damit wird eine intensive Kooperation der Lehrer einer Klasse notwendig. Zugleich wird fachübergreifendes und fächerverbindendes Lernen nicht mehr nur über Themen/Inhalte, sondern auch über Kompetenzen definiert.

Schulinterne Abstimmungsprozesse, insbesondere auf der Ebene des Lehrerkollegiums einer Klasse, sind unverzichtbar, um den Unterricht entsprechend der Ziele und Aufgaben der Orientierungsstufe und der Jahrgangsstufen 5 und 6 der integrierten Gesamtschule gestalten zu können.

1.4 Gewaltprävention

Alle am Erziehungsprozess Beteiligten – Lehrer, Eltern, Schüler – haben die gemeinsame Aufgabe, zu Respekt, Toleranz und zu einem gewaltfreien Miteinander zu erziehen.

In der Schule ist die gleichberechtigte Ausbildung und Förderung aller Kompetenzen im Unterricht eine wesentliche Maßnahme zur Gewaltprävention. Hier sollen die Schüler ausgebildet und darin bestärkt werden, Konflikte gewaltfrei zu lösen und bei auftretenden Formen von Gewalt intervenieren zu können. Regeln des Miteinander und Handlungsmuster dazu sollen in der Schule vereinbart und erprobt werden.

Insbesondere das projektorientierte Lernen ermöglicht eine aktive Auseinandersetzung mit dem Thema der Gewalt. Beispiele hierfür sind:

- Sport gegen Gewalt
- Gewaltprävention auf dem Schulhof
- Anti-Gewalt-Woche
- Aktion *Gewaltfreie Schule*
- Schüler-Moderatoren
- Konflikt-Schlichtergruppen
- Kriminalpräventiver Unterricht

Die „Handreichung zur Gewaltprävention für die Schulen in Mecklenburg-Vorpommern“ (2000) gibt zahlreiche Hinweise und Anregungen, die konsequent im Unterricht umgesetzt werden sollen.

1.5 Neue Medien im Unterricht

Schulische Bildung schließt heute mehr denn je den Umgang mit Medien und die Vorbereitung auf die Informations- und Mediengesellschaft ein.

Multimedia und Internet (zusammengefasst unter dem Begriff *Neue Medien*) tragen zur Veränderung der Ansprüche an Schule und zu einer neuen Lernkultur bei.

Für den Einsatz Neuer Medien im Unterricht werden sowohl Medienecken als auch die vorhandenen Computer-Fachräume genutzt.

Die Neuen Medien nehmen Einfluss auf die Ziele und Inhalte des Unterrichts:

- Zu den bisherigen Methoden der Informationsrecherche tritt die Nutzung elektronischer Informationsquellen. Dem kritischen Umgang mit den Recherche-Ergebnissen kommt hierbei erhöhte Bedeutung zu.
- Neue Medien verändern das Produzieren von Texten, führen zu anderen Textsorten und erfordern andere Methoden der Textrezeption.
- Neue Medien eröffnen neue Präsentationsmöglichkeiten.

Der schülerbezogene Einsatz Neuer Medien verändert die Lehr- und Lernprozesse:

- Die Nutzung einer Medienecke erfordert unterschiedliche Sozial- und Organisationsformen des Lernens.
- Die Selbstständigkeit der Schüler, ihre Kreativität können ebenso erhöht werden wie ihre Verantwortung für die Arbeitsergebnisse.
- Durch den Einsatz geeigneter Software-Module können Lernprozesse individualisiert werden, gerade für die Jahrgangsstufen 5 und 6 bieten Neue Medien eine Chance der Binnendifferenzierung.
- Authentizität und Öffnung des Unterrichts nehmen zu (z. B. durch E-Mail-Kontakte).

1.6 Beschreibung der Lernentwicklung und Bewertung der Schülerleistungen

Das Kompetenz-Modell mit seinem erweiterten Lernbegriff bietet die Möglichkeit, den Schüler in seiner Gesamtpersönlichkeit zu würdigen. Damit wird der Leistungsbegriff nicht ausschließlich an Fachlich-Kognitivem festgemacht: Sach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz haben Zielstatus. Dies erfordert Veränderungen in der Beobachtungs-, Beschreibungs- und Bewertungspraxis.

Das heißt,

- das Lernen als individuellen Prozess zu sehen, der aber in einem sozialen Kontext erfolgt;
- nicht vorrangig Defizite aufzuzeigen, sondern bereits Erreichtes bewusst zu machen und realistische Perspektiven zu eröffnen;
- Fehler nicht nur festzustellen, sondern Fehler und Umwege als Lernchance zu nutzen;
- Bewertungskriterien offen zu legen, zu erläutern und gegebenenfalls die Schüler in die Festlegung der Kriterien einzubeziehen;
- den standardisierten Leistungsfeststellungen für alle Schüler individuelle Lern-erfolgskontrollen hinzuzufügen;
- die Fremdeinschätzung durch Lehrer um die Fremd- und Selbsteinschätzung durch Schüler zu erweitern;
- eine ergebnisorientierte um eine prozessorientierte Leistungsbewertung zu ergänzen.

Es sind Lernsituationen zu nutzen bzw. zu schaffen, in denen der Schüler in altersgemäßer Weise an der Ausbildung seiner Kompetenzen arbeiten kann.

Die Schullaufbahn-Empfehlung in der Jahrgangsstufe 6 der Orientierungsstufe ist die Grundlage für die Elternentscheidung über den weiteren Bildungsgang des Schülers. Transparente Leistungsbewertungen und aussagekräftige Beschreibungen der Lernentwicklung haben einen großen Stellenwert. Mit Blick auf eine fundierte Schullaufbahn-Empfehlung ist der Schüler nicht nur in Leistungs-, sondern auch in vielfältigen Lernsituationen aufmerksam zu beobachten, das für jeden einzelnen Schüler Besondere ist festzuhalten. In die Schullaufbahn-Empfehlung gehen die unterschiedlichen Sichtweisen der Fachlehrer ein. Erst dies ermöglicht eine aussagekräftige Empfehlung über die weitere Schullaufbahn.

1.7 Projekte

Grundanliegen von Projektarbeit ist handlungs- und produktorientiertes Problemlösen.

Projekte unterscheiden sich durch

- ihre Inhalte,
- ihre Organisationsform (Klassenprojekte, Projekte mehrerer [Parallel-]Klassen, Schulprojekte),
- ihre Dauer (Miniprojekte, Tages- und Wochenprojekte bzw. Projekte über einen längeren Zeitraum).

Nach Auswahl eines Projektthemas – unter Einbeziehung der Interessen der Schüler – wird der mögliche Beitrag der einzelnen Fächer abgesteckt. In allen Rahmenplänen der Fächer sind Anregungen für mögliche Projekte ausgewiesen. Die folgende Übersicht bietet zur Information aller Fachlehrer eine Auswahl aus diesen Themen an.

Unter Berücksichtigung der Spezifik der Fächer und des Schulstandortes sind von den beteiligten Lehrern Ergänzungen vorzunehmen und schulinterne Festlegungen zu treffen.

Auswahl möglicher Projektthemen

Fach	Projektthemen
Biologie	Es sind bei jedem Thema fachbezogene mögliche Projekte genannt.
Deutsch	<ul style="list-style-type: none"> • Einsichten in einen Lebensbereich (Zeitungsprojekt, Buchproduktion usw.) • Bewältigung einer Lebenssituation • Klärung eines Problems • Herstellung eines Gegenstandes (Sprachspiel, Kalender usw.) • Lektüre eines Kinderromans

Fach	Projektthemen
Englisch	<ul style="list-style-type: none"> • Die Welt von morgen • Tiere aus aller Welt • Andere Länder, andere Sitten • Mode im Wandel der Zeiten • Unsere Klasse (eine Homepage für das Internet)
Evangelische Religion	<ul style="list-style-type: none"> • Brot für die Welt • Leistung und Gerechtigkeit • Tod als Beruf • Sakrale Räume
Geografie	<ul style="list-style-type: none"> • Beim Öko-Bauern • Der Boden/Gewässer/Wälder • Urlaub an der Küste/Seenplatte • Fischerei • Häfen, Handel und Verkehr
Geschichte	<ul style="list-style-type: none"> • Wir arbeiten und bauen wie die Menschen der Steinzeit • Schrift und Kultur • Zivilisation und Umwelt – die Veränderung und Nutzung der Natur durch den Menschen • Das griechische Theater • Kinderalltag – heute und in der Antike
Informatische Grundbildung	<ul style="list-style-type: none"> • Ein Besuch lohnt sich – Ausflugsziele der Region • Wo und wie finde ich Informationen? • Computer-Spiele auf dem Prüfstand
Katholische Religion	<ul style="list-style-type: none"> • Miteinander leben – Erfahrungen in der Gruppe • Zeitreisen: Leben zur Zeit König Davids/Jesu • Singen – Textanalyse – Komponieren eines neuen geistlichen Liedes • Gestaltung einer jüdischen Minora • Einstudieren eines Weihnachtsstückes
Kunst und Gestaltung	<ul style="list-style-type: none"> • Das wirkliche Leben eines Königs im Mittelalter • Das Rätsel der Pyramiden und ihrer Erbauung • Das Phänomen Farbe • Tier und Mensch • Türme
Mathematik	<ul style="list-style-type: none"> • Heimische Gewässer als Lebensraum der Fische • Unsere Küste und ihre Leuchttürme • Hansestädte – gestern und heute • Schlösser und Herrenhäuser in unserem Land • Heimische Wälder

Fach	Projektthemen
Musik	<ul style="list-style-type: none"> • Musik und ihre Bausteine: Komponisten-Werkstatt • Musik und ihre Erscheinungsformen: Der Komponist Edvard Grieg • Musik und Gesellschaft: Musik in unserer Stadt/Gemeinde
Philosophieren mit Kindern	<ul style="list-style-type: none"> • Leistung und Gerechtigkeit • Tod als Beruf • Ursprungsvorstellungen • Prophetie
Sport	<ul style="list-style-type: none"> • Rap – einmal selbst gemacht • Marktvergnügen in einer mittelalterlichen Stadt: Gaukler und Schausteller • Wir orientieren uns im unbekanntem Gelände und überwinden gemeinsam Hindernisse • Wir überprüfen, wie unser Körper auf unterschiedliche körperliche Belastungen reagiert • Wir sind gegen Gewalt – wenn uns Gewalt angetan wird, können wir uns wehren
Werken	<ul style="list-style-type: none"> • Heimische Gewässer als Lebensraum der Fische • Heimische Wälder • Bauwerke

2 Der Beitrag des Faches *Sport* zur Entwicklung von Kompetenzen

Das Fach *Sport* leistet einen Beitrag zur Erfüllung des Erziehungsauftrages von Schule und Unterricht, indem es die ganzheitliche Förderung der Schüler beachtet und dabei die Entfaltung von Individualität und sozialer Kompetenz fördert. Es hat als einziges „Bewegungsfach“ eine besondere Bedeutung für die körperliche und motorische Entwicklung.

Sein pädagogisches und fachspezifisches Ziel besteht für den Sportunterricht in der allgemeinen Entwicklungsförderung sowie in der Herausbildung einer individuellen Handlungskompetenz der Schüler. Mit Blick auf ihre ganzheitliche Persönlichkeitsstruktur erfordert die Realisierung dieser Leitidee einen mehrdimensionalen Ansatz auf einer motorischen, kognitiven und sozial emotionalen Ebene.

Ausgehend von dem gesellschaftlichen Anliegen des Schulsports werden folgende pädagogische Zielperspektiven für den Sportunterricht in den Jahrgangsstufen 5 und 6 abgeleitet:

- Den Körper erleben, körperliche Fähigkeiten wahrnehmen und vervollkommen
- Bewegungserfahrungen erweitern, sportliches Können verbessern und anwenden
- Soziales Verhalten gestalten und erleben

- Leistung verstehen, erfahren und einschätzen
- Wissen erwerben, anwenden und reflektieren
- Gesundheit fördern, gesundheits- und umweltbewusst handeln

Der Rahmenplan orientiert auf eine vielfältige Nutzung der Möglichkeiten des Sportunterrichts mit seinen Phänomenen *Bewegung, Spiel und Sport* zur Entwicklung der Handlungskompetenz der Schüler:

2.1 Sachkompetenz

Das günstige motorische Lernalter soll mit der Einführung neuer Sportarten und Bewegungsformen unter Beachtung der Interessen sowie individueller Voraussetzungen durch variables und schülerorientiertes Üben für ein genaues Bewegungsklernen genutzt werden.

Daneben entwickeln die Schüler aus dem Wissen über den Sport ihr Verständnis für den Wert, die gesundheitlichen Wirkungen, aber auch für die Gefahren des Sports und des Sporttreibens.

Die Schüler sollen:

- grundlegende Kenntnisse über sportartspezifische Bewegungstechniken erwerben
- Ursachen für die Bewegungsqualität erklären können
- ihr sportliches Können erweitern und die motorische Lernfähigkeit verbessern
- Fähigkeit zum kreativen Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels erwerben
- Kenntnisse über die Regeln des Sports erwerben und anwenden

2.2 Methodenkompetenz

In Verbindung mit der Vermittlung notwendiger Kenntnisse werden die Schüler schrittweise befähigt, Sport im schulischen und außerschulischen Bereich selbstständig und selbsttätig auszuüben. In diesem Prozess gilt es, die Anlagen eines jeden Schülers zu erkennen und seine Individualität auszuprägen.

Die Schüler sollen:

- nach der induktiven Methode Lösungen einer bis dahin unbekanntem Bewegungsaufgabe finden
- vielfältige Informationsformen (z. B. Texte, Phasenbilder, Raumwege, Organisationsbeschreibungen) nutzen
- Unterrichtsergebnisse präsentieren, die Sportpraxis in sprachlicher Form reflektieren, Wettkämpfe planen, organisieren und durchführen

2.3 Selbstkompetenz

Für die Entwicklung der Selbstkompetenz ist die körperliche Dimension, die durch Spiel und Sport Berücksichtigung findet, äußerst wirksam.

Die subjektiv erlebte Leistungsfähigkeit, der individuelle Leistungszuwachs sowie die Wahrnehmung von Leistungsunterschieden hat eine besondere Bedeutung für die Entwicklung einer realistischen Selbsteinschätzung.

Die Schüler sollen:

- bereit sein, sich anzustrengen und Belastungen zu ertragen
- Sieg und Niederlage erleben und angemessen verarbeiten
- Möglichkeiten und Risiken bei der Bewältigung sportlicher Aufgaben realistisch einschätzen
- körperliche Phänomene und Reaktionen auf Bewegungen wahrnehmen
- nach kritischer Reflexion Kenntnisse über die Zusammenhänge von Sport und Gesundheit, Sport und Natur für das weitere Sporttreiben nutzen

2.4 Sozialkompetenz

Im Schulsport darf es keinen Raum für Diskriminierung Schwächerer, von Jungen und Mädchen oder Menschen anderer Kulturen geben.

Zunehmend eigenverantwortliches und gemeinschaftliches Handeln im Unterricht bieten für die Schüler gute Grundlagen zur Herausbildung sozialer Kompetenzen. Die Schüler werden befähigt, unterschiedliche Kooperationsformen in Sport- und Spielsituationen selbst zu gestalten, auftretende Konfliktsituationen gemeinsam zu bewältigen sowie übertragene Aufgaben in eigener Verantwortung zu realisieren.

Die Schüler sollen:

- sich im Riegenbetrieb ein- und unterordnen, gemeinsames sportliches Handeln gestalten und mitgestalten
- kooperativ zusammenarbeiten und konkurrenzorientiert auseinandersetzen
- durch die gemeinsame Entwicklung von Regeln und Regelungen die Konflikte friedlich, fair und argumentativ lösen
- unterschiedliche Voraussetzungen der Mitschüler in Bezug auf Leistung und Äußerlichkeiten erkennen, Rücksicht nehmen, Stärkere anerkennen, Schwächeren helfen und sie integrieren
- verantwortungsvoll in den Beziehungen zu anderen Schülern, eingeschlossen Angehörige anderer Kulturkreise, umgehen

3 Zum Umgang mit dem Rahmenplan

Als Teil des Gesamtkonzepts von Sportunterricht in Mecklenburg-Vorpommern führt der Rahmenplan für die Jahrgangsstufen 5 und 6 die Ziele und Inhalte des Fachunterrichts der Primarstufe fort.

Grundlagen sind Kenntnisse, Können und Einsichten der Kinder, die im Sportunterricht der Grundschule erworben wurden.

Der **Rahmenplan** basiert auf dem Kompetenz-Modell sowie auf dem aktuellen Stand der Fachdidaktik.

Er weist Sportarten, Spiel- und Bewegungsformen als Themenbereiche aus, die von der Fachkonferenz in eigener pädagogischer Verantwortung **als Grundlage für den schulinternen Lehrplan** genutzt werden können.

Sportarten, Spiel- und Bewegungsformen als Themenbereiche	
<i>Themenbereich 1:</i>	Sportspiele – Basketball – Handball – Fußball – Volleyball
<i>Themenbereich 2:</i>	Gerätturnen
<i>Themenbereich 3:</i>	Gymnastik/Tanz
<i>Themenbereich 4:</i>	Leichtathletik
<i>Themenbereich 5:</i>	Schwimmen
<i>Themenbereich 6:</i>	Wahlbereiche – Hockey – Badminton – Tischtennis – Tennis – Wassersport (Rudern, Kanu, Segeln)

Unter dem Aspekt der individuellen Interessen und Leistungsvoraussetzungen der Schüler sowie der materiellen und personellen Bedingungen an der Schule sind die **verbindlichen** und **fakultativen** Unterrichtsinhalte auszuwählen.

3.1 Themenwahl

Auf der Basis der vielseitigen sportlichen Grundausbildung in der Primarstufe kann verstärkt eine Schulung von Körperübungen einsetzen, die den grundlegenden Handlungsstrukturen der Sportarten bereits weitestgehend entspricht.

Folgende Themenbereiche sind **verbindlich**:

- Erlernen technischer und taktischer Elemente einer Mannschaftssportart aus dem Themenbereich 1
- Aneignen neuer Bewegungsabläufe der Individualsportarten aus den Themenbereichen 2 – 5 (Schwimmen bei entsprechenden materiellen Voraussetzungen)

Dafür sind etwa **zwei Drittel** des Zeitvolumens zu verwenden.

Darüber hinaus werden für **ein Drittel** der Zeit **fakultativ** Inhalte aus dem Themenbereich 6 (Wahlbereich) angeboten. Damit besteht die Möglichkeit, weitere Sportarten, Spiel- und Bewegungsformen vorzustellen bzw. fachübergreifende Angebote in den Unterricht einzubeziehen.

Dieser Entscheidungsfreiraum kann zur Profilgestaltung der Schule genutzt werden.

Der Fachplan ist nicht als Stoffplan zu verstehen, den es abzuarbeiten gilt. Die Ziele der ausgewählten Themenbereiche sind verbindlich, die Hinweise haben empfehlenden Charakter.

Die Auswahl der Inhalte der einzelnen Themenbereiche orientiert sich an den individuellen Voraussetzungen der Schüler sowie den materiellen Bedingungen an der Schule.

3.2 Grundsätze der Unterrichtsgestaltung

Die Jahrgangsstufen 5 und 6 bieten hinreichend Zeit für eine Orientierung im Fach *Sport*.

In diesem Altersabschnitt bestehen besonders günstige Entwicklungsbedingungen der Schüler für die Herausbildung motorischer, kognitiver und sozialer Lernziele.

Im Mittelpunkt des Unterrichts stehen die Schüler.

Sie sind entsprechend ihren Fähigkeiten, Interessen und Neigungen zu fördern und somit in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu stärken.

Der Unterricht ist erfolgreich, wenn er in einem Wechselverhältnis von pädagogischer Anleitung durch den Lehrer und der Berücksichtigung von Selbsttätigkeit der Schüler realisiert wird.

Die komplexe Befähigung der Schüler im Sinne von Sach-, Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenz ist vorwiegend an einer qualitativen Prozessgestaltung ausgerichtet:

Die **sportliche Handlungskompetenz** umfasst das sportorientierte Bewegungskönnen, die komplexe Erweiterung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und die Vermittlung von Wissen über Sport und Bewegung.

Bei der methodischen Gestaltung der vielfältigen Themenbereiche des Sportunterrichts sind auf Grund der unterschiedlichen Voraussetzungen der Schüler hinsichtlich ihrer Interessen, Leistungen und Verhaltensweisen didaktische *Differenzierungen* erforderlich.

Durch die kontinuierliche und variable Förderung leistungsstarker Schüler, durch das Angebot vielfältiger Formen sportlichen Übens für jene mit weniger guten physischen und motorischen Voraussetzungen sowie durch die hilfreiche Unterstützung bei der Angstregulation öffnen sich für alle Schüler Chancen und Wege zu einer optimalen Teilnahme an Sport und Spiel.

Ein *intensiv und zugleich freudvoll gestalteter Unterricht* entspricht den Altersbesonderheiten der Jahrgangsstufen 5 und 6 und motiviert die Schüler. Die Art und Weise, wie es gelingt, alle Schüler in den Unterrichtsprozess einzubeziehen, sie zu persönlich bestmöglichen Leistungen zu führen und ihnen Erfolgserlebnisse zu verschaffen, hat ausschlaggebende Bedeutung für die Einstellung der Schüler zum Sport und für ihr Verhalten im und außerhalb des Unterrichts.

Erziehung im Sportunterricht bedeutet, Schüler zu befähigen, Konfliktsituationen zu lösen, Verbindlichkeiten und Regeln anzuerkennen. Das schließt zugleich Toleranz, Achtung und Hilfsbereitschaft beim gemeinsamen Sporttreiben von Schülern mit differenzierten Leistungen und unterschiedlicher sozio-kultureller Herkunft ein.

Durch die verschiedenen Angebote der Wettkampfgestaltung im Schulsport lernen die Schüler, sich auf sportliche Höhepunkte vorzubereiten und werden angehalten, mit Erfolgen und Niederlagen umzugehen.

Umweltschutz- und *Gesundheitsthemen* haben als immanente Bestandteile des Sportunterrichts die Aufgabe, beim Sporttreiben einen schonenden Umgang mit der Natur zu bewirken und Bewegungsgewohnheiten auszubilden, um die Einstellungen zur gesunden Lebensführung und zum gesundheitsfördernden Training zu beeinflussen.

3.3 Organisation des Unterrichts

Im Rahmen des verbindlichen Unterrichts wird Sport in unterschiedlichen Organisationsformen angeboten.

Die Stundentafeln der verschiedenen Schularten legen die zu erteilenden Wochenstunden im Sportunterricht fest. Dabei ist in der Regel von Einzelstunden auszugehen. Eine Trennung zwischen Jungen und Mädchen wird ab Jahrgangsstufe 5 empfohlen, jedoch ist auch koedukativer Unterricht nicht auszuschließen. Die Entscheidung sollte durch die Fachkonferenz der Schule erfolgen.

3.4 Leistungsbewertung im Sportunterricht

Die Leistungsbewertung orientiert sich an den Kriterien, die sich aus dem Beitrag des Faches *Sport* zum Erwerb der Kompetenzen ergeben. Das Ziel besteht darin,

- die Lernmotivation des Schülers zu erhalten und zu steigern,
- ihm ein realistisches Bild seines Leistungsstandes zu vermitteln und
- den Zusammenhang zwischen individuellen Leistungsvoraussetzungen, aufgewendeter Anstrengung und erreichtem Leistungsstand bewusst zu machen.

Eine pädagogische Bewertung sollte folgende Aspekte berücksichtigen:

- Zensuren müssen, soweit es möglich ist, *objektiv* und somit *gerecht* sein. Bei der Leistungsermittlung sollten für alle Schüler gleiche äußere Bedingungen vorliegen. Aus pädagogischer Sicht ist besonders wichtig, dass auch die individuellen Voraussetzungen der Schüler berücksichtigt werden. Dazu gehören unter anderem: unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen, Willens- und Anstrengungsbereitschaft sowie soziale Verhaltensweisen. Damit ergeben sich Kompensationsmöglichkeiten, vor allem für leistungsschwächere Schüler.

Gesundheitliche Beeinträchtigungen, Ganz- oder Teilbefreiungen (durch Atteste), sind sowohl bei der Sportausübung als auch bei der Notengebung zu berücksichtigen.

- Die Fachkonferenz einer Schule ist angehalten, Bewertungskriterien zu erarbeiten und unter Beachtung schulspezifischer Bedingungen Normative zu modifizieren bzw. Noten für bestimmte Sportbereiche festzulegen.

- Eine absolute Ausrichtung der Leistungsbeurteilung an nur messbaren Ergebnissen ist zu vermeiden.
- Leistungsbewertungen werden abschließend oder unterrichtsbegleitend in den vorgeschriebenen Themenbereichen durchgeführt; sie werden in angemessenen Abständen auf das ganze Schuljahr verteilt.
- Die Leistungsbewertung ist so anzulegen, dass jeder Schüler über den Stand des gegenwärtigen Könnens, der Lernfortschritte und über die Notwendigkeit weiterer Lerneranstrengungen informiert ist.

3.5 Außerunterrichtlicher Sport

Auf Schulebene sind unter Mitwirkung möglichst vieler Beteiligten der Schule Angebote und Sportprogramme zu entwickeln, die Sport, Spiel und Wettkampf zum gemeinsamen Erlebnis werden lassen. Der außerunterrichtliche Schulsport verbindet die Erfahrungen der Schüler aus dem Unterricht mit neuen Bedingungen und Organisationsformen. Sport wird als Abwechslung und Ausgleich, als sinnvolle Freizeitbetätigung erfahren und bietet vielfältige Erlebnisse. Außerunterrichtliche Sportveranstaltungen tragen entscheidend für ein interessantes Schulleben bei. Deshalb ist es sinnvoll, dass sich die Schüler mit zunehmendem Alter aktiv an der Organisation und Durchführung verschiedener Sportangebote beteiligen. Besonders zu berücksichtigen sind der Gesundheits- und Erlebniswert sportlicher Betätigung, das soziale Engagement in der Gemeinschaft und das aufmerksame, rücksichtvolle Verhalten in der Natur. Die Verbindung und Zusammenarbeit mit den örtlichen Sportvereinen ist zu nutzen.

Beispiele von außerunterrichtlichen Veranstaltungen mit sportlichem Charakter sind u. a.:

- Schulsporttage, Schulsportfeste, Spielfeste
- Wanderungen, Klassenfahrten, Schullandheimaufenthalte
- Schulsportliche Wettbewerbe (u. a. Bundesjugendspiele)
- Arbeitsgemeinschaften

4 Fachplan

Sportarten, Spiel- und Bewegungsformen als Themenbereiche

4.1 Themenbereich 1: Sportspiele

Sportspiele zählen als Mannschaftssportarten zu den verbindlichen Sportarten innerhalb des Pflichtunterrichts. Aufbauend auf der Spielerfahrung und allgemeinen Spielfähigkeit der Primarstufe, werden **spezielle Spielfähigkeiten** des **ausgewählten Zielspiels** erworben.

Bei der Entwicklung der Spieltätigkeit, dem Spielen-Können in einem Sportspiel haben vorbereitende Spielformen einen besonderen Stellenwert. Sie sollen bewegungsintensiv geübt werden. **Spielgemäße Konzeptionen**, die vorrangig auf spielnahe Situationen zurückgreifen und Spiel- mit Übungsformen verbinden, erweisen sich für die Erarbeitung der Ziele als besonders geeignet.

Spiele und Spielhandlungen sind Anlass und Aufgabe pädagogischer Einflussnahme auf die Persönlichkeitsentwicklung des Einzelnen. Kooperation und Interaktionen sind mitbestimmend für die Spielleistung. Dabei erwerben die Schüler **soziale Erfahrungen** beim Spielen miteinander und in Wettspielen gegeneinander. Große Bewegungsvarianz und Spannung kennzeichnen den Charakter der Spieltätigkeit.

Typisch für die Spielfähigkeit sind **komplexe Leistungsanforderungen** (motorische Fertigkeiten, konditionelle und koordinative Fähigkeiten, psychische Persönlichkeitseigenschaften), die gleichzeitig entwickelt und gefordert werden. Neben den technischen Fertigkeiten und taktischen Verhaltensweisen werden spezielle konditionelle Fähigkeiten (z. B. Wurfkraft, Sprungkraft, Antrittsschnelligkeit ...) durch spieltypische Übungsformen vervollkommen. Durch Spieltätigkeit, Kombinationen und Anforderungen mit dem Spielgerät, durch den Einsatz verschiedener Bälle und Geräte sind die koordinativen Fähigkeiten weiter zu verbessern.

Kenntnisse über Spielregeln, taktisches und soziales Verhalten begleiten die Spieelausbildung. Sie befähigen die Schüler, Spiele so zu verändern, dass möglichst viele Teilnehmer zu erfolgreichen Spielerlebnissen gelangen. Dies kann auch im Hinblick auf das Spielen in den Pausen oder in der Freizeit geschehen.

Am Ende der Jahrgangsstufe 6 soll der Schüler verfügen über:

Sach- und Methodenkompetenz

- Spielfähigkeit in einem Sportspiel erwerben, d. h. erlernte Spielhandlungen individuell und kooperativ anwenden
- technische Grundfertigkeiten des Zielspiels erwerben
- Spiele eigenständig organisieren und leiten
- taktische Verhaltensweisen zur Lösung von Spielhandlungen in den Zielspielen erwerben
- Wettspielregeln anwenden

Selbst- und Sozialkompetenz

- Spielfeld vorbereiten
- zu Mit- und Gegenspielern kooperativ verhalten
 - miteinander spielen
 - gegeneinander spielen
 - mannschaftsdienlich spielen
 - Regeln und Schiedsrichterleistungen anerkennen und akzeptieren

4.1.1 Basketball

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
<u>Technische Fertigkeiten</u> Ballabgabe, -annahme Balldribbling Beinarbeit Korbwurf Abfangen von Zuspielen Herauspielen des Balles	<ul style="list-style-type: none"> - Ballgewöhnungsübungen - verschiedene Passformen - Druckpass, ein- und beidhändig - verschiedene Dribbelformen - rhythmisches und arhythmisches Dribbling - Sprungstopp - Korbleger mit Zweikontakt-rhythmus aus dem Stand - Abfangen des Balles am Korb (Rebound) 	<ul style="list-style-type: none"> - Schockpass - in Kombination - mit Dribbling und Korbleger - Dribbeln ohne Blick-verbinding in Kombi-nation mit Ballabgabe, Ballannahme und Korb-leger - Schrittstopp - Korbwurf nach Ballannah-me aus der Bewegung - Korbleger mit schwacher Hand, Standwurf (2–3 m) - beim Dribbling, in der Abwehr
<u>Taktische Fähigkeiten</u> Angriff Abwehr	<ul style="list-style-type: none"> - Freilaufen und Anbieten ohne Ball - Parteiballspiele in Über- und Gleichzahl - Minibasketball nach vereinfachten Regeln - Manndeckung, Stellungsspiel 2:2 und 3:3 auf einen Korb 	
<u>Regeln</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Foulregel, Dribbelregel, Ausballregel 	

4.1.2 Handball

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
<u>Technische Fertigkeiten</u> Ballabgabe, -annahme Balldribbling Torwurf	<ul style="list-style-type: none"> - Fangen beidhändig (schulterhohe Bälle) - als Schlagwurf mit und ohne Stemmschritt im Stand und im Lauf - im Stand, beständig - in der Bewegung - Schlagwurf mit Stemmschritt aus dem Stand - Schlagwurf nach Anlaufschritten und nach Dribbelschlag 	<ul style="list-style-type: none"> - Höhen variieren, - Variieren in Höhe, Weite und Richtung - in Kombination mit Dribbling und Torwurf - in der Bewegung, Slalom - Sicherung des Balles - Herausspielen des Balles - Schlagwurf von verschiedenen Positionen - Schlagwurf als Abschluss von Kombinationen
<u>Taktische Fähigkeiten</u> Angriff Abwehr	<ul style="list-style-type: none"> - Freilaufen, Anbieten in Kleinen Spielen, durch Spiel- und Übungsformen - Zusammenspiel mit Abschluss (Torwurf), mit Einschränkung für Abwehrspieler - Tempogegenstoß in Übungsformen 1:0 bis 2:0, 2:1 bis 3:1 mit Abschlusshandlung - Manndeckung in Kleinen Spielen, in Spielformen mit verminderter Spielerzahl, Minihandball 	
<u>Regeln</u>	Foulregel, Schritregel	

4.1.3 Fußball

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
<u>Technische Fertigkeiten</u> Ballabgabe, -annahme	<ul style="list-style-type: none"> - Innenseitstoß (ruhender und rollender Ball) - Zuspield im Stand, in der Bewegung - als Torschuss 	<ul style="list-style-type: none"> - beidbeinig - mit Positionswechsel - Stoppen aufspringender Bälle - als Doppelpass

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
<u>Technische Fertigkeiten</u> Balldribbling Torschuss	<ul style="list-style-type: none"> - im Stand, in der Bewegung - mit anrollenden Bällen - als Torschusskombination <ul style="list-style-type: none"> - Innenseitstoß (ruhende Bälle, starkes Bein: rollende Bälle) - in Kombination mit Ballabgabe 	<ul style="list-style-type: none"> - Slalomdribbling, beidbeinig - mit Ballabgabe-Torschuss <ul style="list-style-type: none"> - beidbeinig - in Kombination mit Dribbling
<u>Taktische Fähigkeiten</u> Angriff Abwehr Spielformen, Spiele	<ul style="list-style-type: none"> - Spielformen: Freilaufen, Anbieten - Spiel ohne Rollenverteilung - Quer-, Schräg-, Steilpassfolgen <ul style="list-style-type: none"> - Abfangen, Annehmen von Zuspielen - Manndeckung in Kleinen Spielen <ul style="list-style-type: none"> - Spiel auf ein Tor - Kleine Spiele - Minifußball 	
<u>Regeln</u>	- Foulregeln	

4.1.4 Volleyball

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
<u>Technische Fertigkeiten</u> Oberes Zuspiel Annahme Unteres Zuspiel	<ul style="list-style-type: none"> - im Stand und nach vorausgegangener Bewegung - mit Richtungsänderung <ul style="list-style-type: none"> - von oben - von unten mit Bagger <ul style="list-style-type: none"> - Baggern im Stand und nach vorausgegangener Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> - nach Drehung - als Herausstellen <ul style="list-style-type: none"> - frontal von unten ans Netz/zum Netzspieler <ul style="list-style-type: none"> - Baggern im Stand und nach vorausgegangener Bewegung

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
Technische Fertigkeiten Aufgabe	– Einwerfen und Einpritschen von Bällen	– Aufgabe von unten
Taktische Fähigkeiten Angriff	<ul style="list-style-type: none"> – ständig Bereitschaftsstellung einnehmen – Lücken im gegnerischen (und eigenen) Feld erkennen und ausnutzen – Zusammenwirken aller Spieler 	
Abwehr	<ul style="list-style-type: none"> – zweckmäßige Absicherung des Feldes, beide oder nur ein Spieler hinten – genaue Annahme/Feldabwehr am Netz – 3 Ballkontakte ausnutzen 	
Spielformen/ Spiele	<ul style="list-style-type: none"> – Wettwanderball – Ablöseball – Ball übers Netz – Minivolleyball 	
<u>Regeln</u>	– Regeln für Minivolleyball	

4.2 Themenbereich 2: Gerätturnen

Anknüpfend an die in der Grundschule angeeigneten Elemente und Übungen, steht im Mittelpunkt der Gerätturnausbildung der Jahrgangsstufen 5 und 6 das Erwerben eines umfangreichen Bewegungsrepertoires, an weiteren Geräten Einzelelemente und Verbindungen zu turnen, die auf der Grundlage eines vorgegebenen Fertigkeitenskatalogs zu finden, zu variieren und zu kombinieren sind. Vor allem in der Jahrgangsstufe 5 muss das günstige motorische Lernalter für die Fähigkeit, **Basiselemente** technisch exakt und mit guter Körperhaltung zu turnen, genutzt werden. Eine Auswahl des Übungsgutes erfolgt anhand der Zuordnung der Elemente zu Strukturgruppen.

Das vielseitige Übungsangebot an Geräten und Gerätekombinationen ermöglicht den Schülern einen unproblematischen Zugang zu dieser Sportart. Daneben können die Schüler durch Körperspannung, ungewöhnliche Körperbewegungen und Körperlagen (z. B.: schwingen, hängen, stützen, fliegen) neue und ungewohnte **Bewegungserfahrungen** machen.

Varianten akrobatischer Bewegungsformen, des Partner- und Synchronturnens, des Hindernisturnens u. a. sind in diesen Jahrgangsstufen besonders geeignet und bieten viele Möglichkeiten der **Bewegungsgestaltung**.

Das Entwickeln von allgemeinen **körperlichen Fähigkeiten** für das Turnen hinsichtlich Kraft, Beweglichkeit und Koordination muss immanenter Bestandteil der Unterrichtsinhalte nicht nur dieses Themenbereiches sein.

Partner- und Gruppenarbeit fördern die Selbstständigkeit der Schüler und entwickeln das Vermögen, die individuellen Fähigkeiten einschätzen zu lernen. In diesem Zusammenhang sind **Helfen und Sichern** notwendige Bedingung.

Folgende Kompetenzen sollen im Themenbereich Gerätturnen entwickelt werden:

Sach- und Methodenkompetenz

- Verbesserung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten
- Erwerb eines Fundamentums an technischen Fertigkeiten turnerischer Elemente
- Kenntnisse hinsichtlich der Fachtermini, der Ausführungsmöglichkeiten von Übungen und Kenntnisse zur Bewertung
- Kreatives Lösen von Aufgabenstellungen mit einem Grundniveau an Fertigkeiten auch in einfachen Formen des Paar- bzw. Gruppenturnens

Selbst- und Sozialkompetenz

- Verbesserung und Erweiterung der Fertigkeiten und Demonstration entsprechend der Fähigkeiten und Neigungen
- Wahrnehmung der Bedeutung des Turnens für die körperliche Haltungsförderung
- Verantwortungsbewusstes Helfen, Sichern und Korrigieren
- Kooperatives Denken und Handeln durch aktives und selbstständiges Üben in Riegen und kleinen Gruppen
- Förderung des kooperativen Verhaltens bei der gegenseitigen Beobachtung und Korrektur
- zunehmend selbstständige Erarbeitung und Leitung von einleitenden Stundenabschnitten
- selbstständiger Auf- und Abbau der Turngeräte

Inhalte	Hinweise	
Technische Fertigkeiten Rollbewegung	Boden, Barren	Rolle vorwärts, rückwärts, seitwärts
Stände/Halten	Boden Schwebebalken/ Boden	Kopfstand, Handstand Standwaage, Kniewaage, gymnastische Stände ein- und beidbeinig
Überschlagbewegungen	Boden Schwebebalken Mattenstapel	Handstütz-Überschlag seitwärts, Rondat (Radwende) Rondat Handstütz-Sprungüberschlag
Auf- und Umschwungbewegungen	Reck/Stufenbarren Schwebebalken	Hüft-Aufschwung (ein- und beidbeinig) Hüft-, Spreiz-, Knie-Umschwung Knie-Abschwung / Knie-Aufschwung Rückschwung in den Stand Hüft-Aufschwung

Inhalte	Hinweise	
Felg-Bewegungen	Reck/Stufenbarren	Felgunterschwingung aus dem Stand, Stütz, Innenseitsitz
Beinschwungbewegungen	Reck/Stufenbarren	Vorspreizen, Drehspreizen, Rückspreizen, Dreh-Spreizabsitzen
Sprungbewegungen	Boden Schwebebalken Reck/Stufenbarren Bock/Kasten/Pferd	Strecksprung mit 1/2, 1/1 Drehung, Sprungrolle, Sprungvorspreizen, Sprungvorhocken, Sprung-Aufhocken, Sprung in den Stütz, Auflaufen aus dem Schrägstand, Strecksprungvarianten als Abgang Sprung in den Stütz Dreh-Sprunghocke, Sprunghocke, Sprunggrätsche
Gymnastische Elemente	Boden Schwebebalken	Schrittsprung, Vor- und Rückschersprung, Schluss-Strecksprung, Galopp-sprung, Drehungen ein- und beidbeinig Wechselsprung, Schluss-Strecksprung, Galoppsprung, Drehungen ein- und beidbeinig, Schritarten
Formen des Freien Turnens	Einzel-, Paar- und Gruppenturnen (mit und ohne Musik, synchron und asynchron), akrobatische Elemente (balancieren, wie z. B. eigenes Gewicht halten, Gegenstände oder Partner balancieren, Pyramiden u. a.) Bewegungen mit und an Geräten, wie z. B. Pedalos, Stäbe, Leitern ...	
Hindernisturnen	Übungen an verschiedenen Turngeräten, an Gerätekombinationen und Gerätebahnen, Hindernisturnen unter Verwendung sicher beherrschter Turnübungen	

4.3 Themenbereich 3: Gymnastik/Tanz

Im Stoffgebiet *Gymnastik/Tanz* sammeln die Schüler vielfältige Erfahrungen zur Entwicklung ihrer Handlungsfähigkeit bei der **rhythmisch-musikalischen Gestaltung** von Bewegungen.

Vielfältige **konditionelle** und **koordinative** Übungen schaffen wichtige Grundlagen für eine sichere Aneignung sportlich-künstlerischer Bewegungselemente.

Mittels verschiedener Ausdrucksformen erwerben die Schüler jene fachliche Kompetenz, die sie ermutigt, auch selbstständig **kreativ** tätig zu werden. Die Einbeziehung von Handgeräten, unterschiedlichen Materialien, traditionellen und modernen Tanzformen verstärkt die Vielfalt.

Der Wahrnehmung des eigenen Körpers, der Erfahrung von Spannung und Entspannung, dem Aspekt des Wohlbefindens wird besondere Aufmerksamkeit zuteil und ist geeignet, das **Haltungs- und Bewegungsbewusstsein** zu entwickeln.

Neben sozialer Kontaktfähigkeit kann über die Vermittlung verschiedener Tanzformen auch ein Verständnis für fremde Kulturen geweckt werden.

Folgende Kompetenzen sollen im Themenbereich Gymnastik/Tanz entwickelt werden:

Sach- und Methodenkompetenz

- gymnastische Grundformen erlernen, üben und variieren
- Bewegungsverbindungen aus vorgegebenen und frei gewählten Elementen erarbeiten
- rhythmisch gebundene Bewegungsfolgen nachvollziehen und selbst finden sowie in ihrem räumlichen Ablauf allein und in der Gruppe gestalten
- das erlernte und beherrschte Bewegungsrepertoire improvisieren und gestalten

Selbst- und Sozialkompetenz

- Wahrnehmung der eigenen und fremden Ausdrucks- und Darstellungsformen
- unterschiedliche Voraussetzungen der Mitschüler in Bezug auf Leistung, Äußerlichkeiten erkennen, Rücksicht nehmen
- gegenseitige Hilfe und Korrektur beim Üben

Inhalte	Hinweise
Schrittarten, gemischte Schrittarten, Laufschriffe	gehen und laufen auf verschiedenen Raumwegen vorwärts und rückwärts, federnd, gleitend, stampfend, spreizend Nachstellschritt, Wechselschritt, Polkaschritt Sprungschritte mit verschiedenen Spielbeinhaltungen
Sprünge	beidbeiniger Absprung – Schluss-Strecksprung, Seitgrätsch- und Quergrätschsprung, einbeiniger Absprung – Sprung vorwärts mit Vorhocken gewinkelt (Galoppsprung) Vor- und Rückschersprung, Schrittsprung
Drehungen	Schrittdrehungen 1/4, 1/2, 1/1
Stände und Stütze	Sohlen- und Ballenstand beidbeinig, einbeinig, mit verschiedenen Spielbeinhaltungen (Wahrung des Gleichgewichts), z. B. Standwaage u. a. oder Sohlenstand links- vorausgezeit rechts Auch Unterschenkel, Knie können Standflächen sein, z. B. Kniewaage, Schrittknie u. a.

Inhalte	Hinweise
Tanzschritte aus dem Jazzdance	Afro Jazz Walk, Battement Walk, Brush Walk, Camel Walk, Cat Step, Twinkle Step, Tap Step u. a.
Grundschritte aus dem Gesellschaftstanz	Polka, Galopp, Foxtrott, Rock 'n' Roll u. a.
Handgeräte	Ball: werfen, fangen, rollen, prellen, Schwünge, Führungen Seil: Kreisdurchschläge, Schwünge, Handkreise, Führungen Band: Schwünge, Schlangen, Spiralen, Kreise
Zur Anwendung muss eine Auswahl von Übungen kommen, die in Übungsvariationen und -kombinationen aus dem genannten Bewegungsrepertoire entnommen wird. Im Schuljahr sollte grundsätzlich nur ein Handgerät ausgewählt werden.	

4.4 Themenbereich 4: Leichtathletik

In den Jahrgangsstufen 5 und 6 erwerben die Schüler sportliches Können in den leichtathletischen Grundformen: Sprint, Ausdauerlauf, Weit- und Hochsprung, Werfen und Stoßen. Grundlage ist die Bewegungserfahrung in leichtathletischen Übungen der Primarstufe.

Konditionelle und koordinative Fähigkeiten sind für die Leistungen in der Leichtathletik entscheidend und werden in variantenreichen Formen nicht nur im Themenbereich gefördert.

Im Sinne einer interessanten und abwechslungsreichen Unterrichtsgestaltung sind unter Berücksichtigung personeller und materieller Bedingungen angemessene und spielerische Formen als Varianten des Laufens, Springens und Werfens, Experimentieren mit Geräten, Staffelformen mit unterschiedlicher Bewertung zur Erweiterung von Körpererfahrungen, zu nutzen. Um ausdauerndes und naturverbundenes Laufen mit unterschiedlichen Aufgabenstellungen zu verbinden, sind Gelände- und Orientierungsläufe zu empfehlen.

Traditionelle Schulsportfeste mit vielfältigen leichtathletischen Mehrkämpfen, verbunden mit Spiel- und Wettbewerbsformen, entsprechen den Wünschen und Bedürfnissen der Schüler.

Folgende Kompetenzen sollen im Themenbereich *Leichtathletik* entwickelt werden:

Sach- und Methodenkompetenz

- verbesserte konditionelle Fähigkeiten, vor allem Laufausdauer, Schnelligkeit, Sprung- und Wurfkraft
- Beherrschung grundlegender Techniken leichtathletischer Disziplinen

- Kenntnisse über Bewegungsstrukturen und Trainingsprinzipien leichtathletischer Übungen und Disziplinen
- Kenntnisse der Wettkampffregeln und die Befähigung zu Kampfrichtertätigkeiten

Selbst- und Sozialkompetenz

- positive soziale Erfahrungen in einer Individualsportart
- Kenntnisse von Wirkungen leichtathletischer Übungen auf Körper, Gesundheit und Wohlbefinden
- Kenntnisse über Belastungsgestaltung und individuelle Leistungsentwicklung
- psychische Eigenschaften/Qualitäten
 - Willensspannkraft (Durchhalten)
 - Konzentration (Reaktions- und Ablaufübungen)
 - Verantwortungsbewusstsein
 - Kommandos beachten/Sicherheitsabstände einhalten
 - Tempogestaltung (individuell und für die gesamte Gruppe)
 - Bereitschaft zum selbstständigen Üben

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
<u>Fertigkeiten</u> Lauf Sprintlauf	Hochstart Antritte über 15 – 20 m Steigerungsläufe bis 60 m Tempoläufe bis 40 m	Tiefstart Reaktion mit Körpervorlage Übergang in Sprintbewegung, 20–30 m, bis 50 m, bis 75 m
Staffellauf	Pendelstaffeln (Staffelübergabe)	Rundenstaffel fliegender Wechsel (Außenwechsel)
Ausdauerschulung	gleichmäßiges Tempo über 10–12 min.	allmählich steigernd auf 15 bis 20 min
Hindernislauf	Überwinden von flachen, natürlichen oder künstlichen Hindernissen	schnelles Überlaufen von Hindernissen (Rhythmus- wechsel), Steigerung von Abständen und Höhen
Gelände- und Orientierungs- lauf	Wald- und Querfeldeinläufe nach Streckenlänge oder Zeit Orientierungsläufe in Turnhallen	nach Strecke und Zeit im Schulgelände
Sprung Weitsprung	Schrittweitsprung: • Anlaufgestaltung mit 7–9 Schritten • Absprung aus Zone und vom Balken	Schrittweitsprung: • Anlaufgestaltung mit 9–13 Schritten • Absprung vom Balken

Inhalte	Hinweise	
	Jgst. 5	Jgst. 6
Hochsprung	(vielfältige) Fantasie-Sprünge und historische Techniken: <ul style="list-style-type: none"> • Steigesprünge • Dreh -und Wendesprünge • Hocksprünge • Schersprünge • Rollsprung (Rollen) 	Wälzer (Straddle) mit 3-er-Rhythmus: <ul style="list-style-type: none"> • Anlauf geradlinig und schräg • Dreipunktlandung • Abrollen Flop-Standflop: <ul style="list-style-type: none"> • Gesamtablauf mit 3-er-Rhythmus • bogenförmiger Anlauf • Brückenposition • Landung
Mehrfach-sprünge	3-er-Hop Niedersprünge	5-er-Hop Treppensprünge
Stabspringen	Lauf mit Stab Steckenpferd- und Hexenschritte	Stabweitsprünge in die Grube, ohne und mit Drehung
Wurf/Stoß Wurf (Schlagball)	Schlagwürfe: <ul style="list-style-type: none"> • aus Stand (frontal, Wurfauslage) • 3-er-Rhythmus • Zielwürfe auf feste Ziele (liegende Reifen u. a.) 	Schlagwürfe aus 5-er- Rhythmus: <ul style="list-style-type: none"> • Zielwürfe auf bewegliche Ziele (rollende Reifen u. a.)
Stoß	Stöße und Schockwürfe <ul style="list-style-type: none"> • mit Vollbällen, Kugeln, Steinen • wechselseitig links und rechts, beidhändig 	siehe 5. Jgst.
Mehrkampf	Vierkampf: <ul style="list-style-type: none"> • Lauf (Sprint <u>und</u> Ausdauer) • Wurf (Stoß) • Sprung 	

4.5 Themenbereich 5: Schwimmen

Schwimmen, eine Sportart mit hohem Freizeitwert, ist auch die Voraussetzung für das weitgehend gefahrlose Ausüben vieler Wassersportarten.

Der Schwimmunterricht in den Jahrgangsstufen 5 und 6 hat das Ziel, die Schüler als „sichere Schwimmer“ auszubilden. Dazu gehören grundlegende Bewegungserfahrungen im Wasser, die durch spielerische Formen und in kreativer Weise erreicht werden können.

Sicher beherrschtes Schwimmen, Kenntnisse und Fertigkeiten in der Wasserrettung sollten für möglichst viele Schüler Grundlage für aktive und gesunde Lebensführung am, im und auf dem Wasser sein.

Die Organisation von Kursen und Lehrgängen richtet sich nach den jeweiligen örtlichen, räumlichen, zeitlichen und personellen Möglichkeiten (z. B. Schullandheimaufenthalte oder Klassenwanderfahrten ...). Für Schüler, die aus unterschiedlichster Begründung nicht die schwimmerische Grundausbildung erhalten haben, ist der Anfängerunterricht entsprechend Pkt. 2.5 des Rahmenplans *Sport* für die Grundschule abzuleiten.

Im Themenbereich *Schwimmen* soll an der Entwicklung folgender Kompetenzen gearbeitet werden:

Sach- und Methodenkompetenz

- Grundlegende Fertigkeiten zur Vertiefung der bereits erworbenen Bewegungsabläufe des bisherigen Könnens im Wasser
- Übungsbezeichnungen und Wettkampfbestimmungen
- neue Techniken des Schwimmens
- Anwenden von Bade- und Sicherheitsregeln

Selbst- und Sozialkompetenz

- das Einhalten hygienischer Normen und der Baderegeln
- Akzeptanz der Bedeutung des Rettungsschwimmens
- Toleranz im Hinblick auf die besonderen Bedingungen von Schülern anderer Kulturkreise
- Bereitschaft und Fähigkeit zur Rücksichtnahme im Schwimmbad

Inhalte	Hinweise
<u>Bewegungserfahrung</u>	Atmen Gleiten, Fortbewegen, Tauchen und Orientieren, Springen und Auftreiben
<u>Technik</u> Brustschwimmen, Rückenschwimmen und/oder Kraulschwimmen	Koordination von Arm- und Beinbewegung mit der Atmung
Start	Start vom Beckenrand
Wenden	Drehwende
Ausdauer- schwimmen	bis 10 Minuten in einer Technik
Schnellschwimmen	50 m in einer Technik

Inhalte	Hinweise
Wasserspringen	volkstümliche Sprünge Sprünge fuß-, kopfwärts, vorwärts, rückwärts ohne und mit Drehungen um die Körperachsen
Wassergymnastik und Spiele	Entsprechend den örtlichen Voraussetzungen (Tief -bzw. Flachwasser)
Grundlagen des Rettungsschwimmens	Kenntnis von Bade- und Sicherheitsregeln

4.6 Themenbereich 6: Wahlbereich

Im Wahlbereich werden verbindliche und fakultative Themenbereiche angeboten. Er umfasst 1/3 des im Rahmenplan ausgewiesenen Pflichtunterrichts. Die Auswahl erfolgt entsprechend der Vorgabe eigenverantwortlich durch Sportlehrer, Fachgruppe oder Fachkonferenz der Schule.

Zur Verfügung stehen folgende Wahlbereiche:

- Eine vertiefende Ausbildung in den verbindlichen Themenbereichen 1–5
- Eine Ausbildung im Wassersport (Rudern/Kanu/Segeln)
- Eine Ausbildung in Spielsportarten (Badminton/Tennis /Tischtennis/ Hockey)

Die Auswahl im Wahlbereich sollte unter Berücksichtigung folgender Gesichtspunkte erfolgen:

- Interessen der Schüler
- personelle und materielle Voraussetzungen
- örtliche und schulische Traditionen
- Angebot und Verbindung zu Sportvereinen

Eine wesentliche Zielsetzung des Wahlbereiches besteht darin, durch das Angebot von Themen aus freizeitrelevanten bzw. Trendsportarten die Schüler über den Schulsport hinaus zur aktiven sportlichen Betätigung in der Freizeit anzuregen und zu befähigen.

4.6.1 Hockey

Inhalte	Hinweise
Vorbereitende Spiele und Spielformen Ringhockey, Minihockey Treibball Unihock	mit unterschiedlichen Bällen und Schlägern (Soft-, Tennis-, Plastikbälle)

Inhalte	Hinweise
<u>Techniken</u> Ballführung Ballabgabe, -annahme Schlagen des Balles	Vorhand-Seitführen, Führen mit der Rückhand Rhythmusdribbling um Hindernisse an der Bande (Turnbänke) Querpass, Steilpass, Rückpass, Doppelpass im Stand, in der Bewegung mit Partnern, in Gruppen Torschüsse, Schlenzen Handlungskomplexe (Ballannahme – Ballführung – Torschuss)
<u>Taktik</u> individuelle Taktik Gruppentaktik Mannschaftstaktik	Freilaufen, Manndeckung, Umspielen Zusammenspiel einzelner Mannschaftsteile schneller Angriff Positionsangriff defensive, offensive Spielweise kurze Ecke
<u>Spiele</u> Übungsspiele, Turniere	kleine Spielflächen, kleine Mannschaften
<u>Regeln</u>	Spielregeln Vorbereitung und Durchführung von Spielen

4.6.2 Badminton

Inhalte	Hinweise
<u>Gewöhnungsübungen</u>	Schlägerhaltung, Grifftechnik: – an Schläger und Ball gewöhnen – einfaches Spielen mit Partner – aus dem Stand, in der Bewegung – ohne Netz, mit Zauberschnur
<u>Schlagtechniken</u> Unterhand – Clear – Aufschlag – Vorhand – Überkopf – Clear – Drop – Schmetterball	– hoch, weit, auf Ziele (Matten) – von der Grundlinie mit Vor- und Rückhand, – Vor- und Rückhand – komplexe Übungsverbindungen (lang-kurz, kurz-kurz...) – Üben in Staffelformen

Inhalte	Hinweise
<u>Taktisches Verhalten</u> Spiele im Einzel	<ul style="list-style-type: none"> - Spielpartner an die Grundlinie drängen - nach jeder Schlagausführung in die Grundposition zurück - Spiel in den freien Raum
<u>Spielformen</u> <ul style="list-style-type: none"> - Treibballspiel - Rundlauf - Clear - Einzel-, Doppelspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - als Platzwechselspiel (chinesisch) - den Ball möglichst lange im Spiel halten (ohne Bodenerührung) - auf ein 1/2 Spielfeld - Kurzsatzspiele
<u>Kenntnisse</u> <ul style="list-style-type: none"> - Spielregeln - Fachsprache - Vorbereitung und Durchführung von Turnieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Einsatz als Schiedsrichter

4.6.3 Tischtennis

Inhalte	Hinweise
<u>Gewöhnungsübungen</u>	gewöhnen an Schläger und Ball: <ul style="list-style-type: none"> - Spiel gegen Wand, Boden, auf Platte - Prellen im Stand, in der Bewegung - Vor- und Rückhand - Ball in der Luft halten - Zuspiel über Hindernisse (Bank, Schnur) - mit Partner, in Staffelform
<u>Schlagtechniken</u> <ul style="list-style-type: none"> - Aufschläge - Schupf - Vorhand - Rückhand - Verteidigung - Flugball, Schmetterball 	Vorhand, Rückhand <ul style="list-style-type: none"> - mit gekennzeichneten Bereichen auf der Tischtennisplatte - mit Überschnitt, Unterschnitt - gerade, diagonal - mit/ohne Unterschnitt - parallel, flach, hoch - durch Zuspiele üben, nach Aufschlägen
<u>Taktisches Verhalten</u>	Änderung der Ballgeschwindigkeit und Richtung <ul style="list-style-type: none"> - Schnittwechsel, Tempowechsel - Wechsel Angriff – Abwehr - Grundlinienspiel, Netzangriff

Inhalte	Hinweise
<u>Spiele, Spielformen</u> – Einzel – Doppel – Mixed	Spiel zu „4“ – Spiel mit Seitenwechsel (chinesisch) – gemischtes Doppel – mit/ohne Punktvorgabe
<u>Regeln</u>	– Spielleitung, Vorbereitung und Durchführung von Turnieren – Zählweise – Kenntnisse der Schlagtechniken

4.6.4 Tennis

Inhalte	Hinweise
<u>Gewöhnungsübungen</u>	– an Schläger und Ball gewöhnen – Griffhaltung – auch andere Schlaggeräte (Holzbrett, Kinderschläger ...) und Bälle (Softball, Tennis-Lernbälle...) – Zuspiele ohne Netz, mit Partner, in Staffelformen – Prellen im Stand, in der Bewegung (vorwärts, rückwärts, sidestep...)
<u>Technik</u> Vorhandgrunds Schlag	– über kurze Entfernungen (3–4 m) – an der Wand
Rückhandgrunds Schlag	– ohne/mit Netz, langes Ballhalten – durch Zuspiele nur Vorhand, nur Rückhand, im Wechsel – beidhändig spielen – kurze, lange Schläge im Wechsel – nur cross, nur longline Schläge oder im Wechsel
Aufschlag	– gerade, von der T-Linie beginnen – über Kurzgriff – vorgegebene Zonen des Spielfeldes
Volley	– nach Zuspiel am Netz – Vorhand, Rückhand – von unterschiedlichen Positionen (zwischen Netz und T-Linie)

Inhalte	Hinweise
<u>Taktisches Verhalten</u>	Langes Ballhalten, mit Partner spielen <ul style="list-style-type: none"> - Stellungsspiel beim Aufschlag und Return - Grundlinienspiel und Netzangriff - Grundaufstellung beim Doppel
<u>Spiele, Spielformen</u> Kleinfeldspiele <ul style="list-style-type: none"> - Staffelformen - Einzelspiele - Doppelspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Spiel im T-Bereich - Ball im Spiel halten - mit/ohne Punktvorgabe - mit mehreren Spielern - als Mixed-Spiel
<u>Regeln</u>	- Spielregeln, Tenniszählweise, Stellungen im Spielfeld

4.6.5 Wassersport

Die Ausbildung im Wassersport darf ausschließlich von Lehrkräften übernommen werden, die über eine entsprechende sportartspezifische Qualifikation verfügen.

Vor Beginn der Ausbildung sind die besonderen Sicherheitsmaßnahmen und -bestimmungen zu beachten. (Erlass des Kultusministeriums vom 14. 06. 1996 „Sicherheitsmaßnahmen im Schulsport“) Am Unterricht *Segeln, Rudern* und *Kanu* dürfen nur Schüler teilnehmen, deren Erziehungsberechtigte eine schriftliche Zustimmung gegeben haben. Die Schüler müssen sichere Schwimmer sein und mindestens das Jugend-Schwimmabzeichen in Bronze besitzen. Bei allen Übungen im Segeln ist das Tragen von Schwimmwesten Pflicht.

Bei Fahrten in Schullandheime lernen die Schüler bei gemeinsamen Unternehmungen, Rücksicht aufeinander zu nehmen und sich in die Gruppe zu integrieren. Kenntnisse, Fähigkeiten und Einsichten zum Umgang und Verhalten in der Natur sind in komplexen Lernsituationen zu nutzen. Hier können soziale Lernziele, wie Selbstbehauptung und Eigengestaltung, unter erlebnispädagogischem Aspekt realisiert werden.

4.6.5.1 Rudern

Inhalte	Hinweise
<u>Theorie</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitsbestimmungen und Maßnahmen - Wasserverkehrsrecht - Bootskunde, Fachsprache - Pflege der Ausrüstung - Vorbereitung und Durchführung von Wander- und Wettfahrten

Inhalte	Hinweise
<u>Praxis</u>	Bootspflege – Ein- und Aussteigen – Ab- und Anlegen – einfache Bootsmanöver – Stoppen und Rückwärtsrudern – Steuern und Wenden – Skulltechnik – Rudern auf verschiedenen Plätzen und verschiedenen Bootstypen – Schlagzahl und -rhythmus variieren – Rennstart

4.6.5.2 Kanu

Inhalte	Hinweise
<u>Theorie</u>	– Bootsaufbau, Pflege des Kanumaterials – verschiedene Paddeltechniken – Gefahren und Risiken und deren Vermeidung – Verständnis für Natur, ihre Erhaltung und ihren Schutz – ausgewählte Bestimmungen der Binnenschiffahrts- bzw. Seefahrtsstraßenordnung
<u>Praxis</u>	– zu Wasser bringen der Boote – Ein- und Aussteigen, – Bergung gekenterter Boote – verschiedene Schlagarten: einfacher Vorwärtsschlag, Konterschlag, Wriggen – Steuern des Bootes – Geradeausfahrt bei unterschiedlicher Wind-, Wellen-, Strömungsrichtung – Stoppen, Wende – Anlegen und Ablegen – Rückwärtsfahrt – Gruppenfahrt in Linie, Reihe

4.6.5.3 Segeln

Inhalte	Hinweise
<u>Theorie</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Bootskunde, Theorie des Segelns, Wetterkunde - ausgewählte Regeln des Wasserverkehrsrechts - Segeln und Umwelt, Naturschutz - Einführung in das Regattasegeln
<u>Praxis</u>	Auf- und Abtakeln des Bootes <ul style="list-style-type: none"> - Segelausstellen, Sitzposition - Ansteuern von Zielen - Wenden, Halsen - Ab- und Anlegen - Knotenkunde - Verhalten bei Gefahren (u. a. Reffen) - Bootspflege

5 Anregungen für fachübergreifende und fächerverbindende Projekte

Für den Sportunterricht sind Projekte im Zusammenhang mit der Gesundheitserziehung und dem Umweltschutz von besonderer Bedeutung. Die Arbeit an fachübergreifenden praktischen Aufgaben kann in Form von Projekttagen oder -wochen nach eingehender Planung durchgeführt werden. Dabei ist das schülerorientierte Vorgehen eine Grundvoraussetzung. Gleichermäßen sollte der fächerübergreifende Ansatz bei der Durchführung von Projektvorhaben ein Grundprinzip sein.

Projektthema	Kooperationsfächer
<ul style="list-style-type: none"> • Rap- einmal selbst gemacht • Marktvergnügen in einer mittelalterlichen Stadt: Gaukler und Schausteller • Wir orientieren uns im unbekanntem Gelände und überwinden gemeinsam Hindernisse • Wir überprüfen, wie unser Körper auf unterschiedliche sportliche Belastungen reagiert • Wir sind gegen Gewalt – wenn uns Gewalt angetan wird, können wir uns wehren 	<i>Biologie</i> <i>Deutsch</i> <i>Geografie</i> <i>Geschichte</i> <i>Musik</i>