

Bildungsstandards im Unterrichtsgegenstand „Bewegung und Sport“: Sekundarstufe I

(Entwurf: Stand 10.9.2013)

FACHKOMPETENZ UNTERSTUFE *Motorische Fähigkeiten, Sportartspezifisches Können und Wissen, Sportartübergreifendes Können und Wissen*

SPIELEN	LEISTEN	Gesundheit	GESTALTEN	ERLEBEN
GRUNDLAGEN				

Motorische Fähigkeiten:

- Der Schüler/die Schülerin zeigt grundlegende konditionelle Fähigkeiten
- Der Schüler/die Schülerin zeigt grundlegende koordinative Fähigkeiten

Überprüfen in motorischen Tests: zB Hürden Bumerang Lauf; Stand – Weitsprung; Sechs-Minutenlauf

Gesundheit:

- Die Schüler/innen kennen anatomische und physiologische Grundlagen des Körpers und können dieses Wissen anwenden.
 - Muskultur; Körperhaltung; Körperspannung; Herz/Kreislauf

Gesundheitsorientierte Einstellung; Grundlagen

Turnen:

- Die Schüler/innen können Fertigkeiten des Boden- und Gerätturnens ausführen.
 - Freies Turnen
 - Bodenturnen
 - Gerätturnen

Freies Bewegen an Geräten; zielgerichtetes Erarbeiten der Grundfertigkeiten des Boden- und Gerätturnens

Leichtathletik:

- **Die Schüler/innen können leichtathletische Bewegungsformen ausüben.**
 - Laufen, Springen, Werfen/Stoßen

Vielfältige Erfahrungen; zielgerichtetes Erarbeiten von entsprechenden Techniken; individuell optimale Leistungen in Einzel- und gruppenwettkämpfen

Schwimmen:

- **Die Schüler/innen können sich sicher in unterschiedlichen Bewegungsformen im Wasser bewegen.**
 - Baderegeln; Selbstrettung; Fremdrettung; Technik; Schnellausdauernd; Tauchen; Springen

Vielfältige Erfahrungen; zielgerichtetes Erarbeiten der entsprechenden Grundfertigkeiten;

Sportspiele:

- **Die Schüler/innen können an kleinen Spielen und Sportspielen/Rückschlagspielen erfolgreich teilnehmen.**
 - Kleine Spiele: Spielidee; Taktik; Gestaltung
 - Sportspiele : Basketball, Fußball, Handball: Technik, Regeln
 - Rückschlagspiele (Badminton, Volleyball; u.a.): Technik, Regeln

Grundlegende Spielerfahrungen; grundlegende Techniken und Taktiken; ev. zusätzlich noch andere Spiele

Gymnastik, Akrobatik, Tanz:

- **Die Schüler/innen können tänzerische gymnastische und akrobatische Bewegungsformen umsetzen.**
 - Musik und Rhythmus; Rhythmische Gymnastik; Bewegungskünste; Bewegungsausdruck

Kreative Aspekte; selbstständige Bewegungsformen

Roll- und Gleitsportarten:

- **Die Schüler/innen können sich mit rollenden und gleitenden Sportgeräten sicher fortbewegen.**
 - Rollende Geräte (zB Fahrrad, Inline – Skates; Skateboard)
 - Gleitende Geräte (zB Alpin Ski, Langlaufski; Eislaufschuhe; Snowboard)

Grundlegende Techniken auf mindestens einem rollenden und einem gleitenden Sportgerät; Erarbeitung auch in Form einer Schulveranstaltung (zB Wintersportwoche) und Projekten

Zweikämpfe:

- **Die Schüler/innen können in Zweikampfformen bestehen.**

- Rituale und Regeln; Technik; Taktik

Vielfältige Formen des „Miteinander-Kämpfens“; verantwortungsbewusster Umgang

SELBSTKOMPETENZ UNTERSTUFE

Körperbezogen, kognitions- und sozialbezogen, emotionsbezogen

- **Die Schüler/innen können ihre körperlich- motorische Leistungsfähigkeit einschätzen (Körperliches Selbstkonzept) :**
 - Leistungsfähigkeit allgemein und spezifisch; Selbstwirksamkeit
- **Die Schüler/innen das eigenen Verhalten in sozialen Situationen einschätzen (soziales Selbstkonzept)**
 - Selbstwirksamkeit in einer Gruppe; Akzeptanz
- **Die Schüler/innen können ihre eigenen Emotionen wahrnehmen und regulieren (Emotionales Selbstkonzept).**
 - Emotionen wahrnehmen; Emotionen regulieren

SOZIALKOMPETENZ UNTERSTUFE

*Regeln und Fairness; Kommunikation und Kooperation;
Aufgaben, Rollen und Leiten*

- **Die Schüler/innen können als Gruppe Maßnahmen setzen, um Verhaltensnormen und –regeln zu erstellen und einzuhalten.**
 - Regeln kennen; Regeln einhalten
- **Die Schüler/innen können den unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten.**
 - Fairness erkennen; Fair sein
- **Die Schüler/innen können angemessen miteinander kommunizieren.**
 - Angemessenheit
- **Die Schüler/innen können in einer Gruppe bestehen und kooperieren.**
 - Bedürfnisse einbringen
- **Die Schüler/innen können unterschiedliche Aufgaben übernehmen und reflektieren.**
 - Selbstreflexion; Perspektivenübernahme; Aufgabenübername

METHODENKOMPETENZ UNTERSTUFE

Lernen lernen; Planung und Organisation; Sicherheit und Gesundheit

- **Die Schüler/innen bauen ein Verständnis für Bewegungslernen und körperlich-sportliche Entwicklung auf.**
- **Die Schüler/innen können unterschiedliche Bewegungshandlungen/Sportarten gesundheitsorientiert durchführen.**
 - Gesundheitsorientiertes Aufwärmen; gesundheitsorientiertes Bewegen
- **Die Schüler/innen können Wettkämpfe und Spiele im Klassenrahmen organisieren.**
 - Wettkämpfe, Spiele
- **Die Schüler/innen können Bewegung beschreiben und bewerten.**
 - Techniken, offenen Bewegungsformen
- **Die Schüler/innen können beim Üben helfen und sichern.**
 - Hilfestellungen/Sicherungen
- **Die Schüler/innen können sportliche Handlungen sicher durchführen.**
 - Gefahren , Risiken