

## **Schulinternes Curriculum der Thomas-Mann-Schule**

### **Fach Sport**

#### **1. Präambel**

Das vorliegende schulinterne Curriculum für das Fach Sport versteht sich als ein dynamisches System. Es soll in den Folgejahren erprobt und auf seine Angemessenheit und Praktikabilität hin überprüft werden. Weiterhin sind die Voraussetzungen zukünftiger Schülerinnen- und Schülergenerationen zu berücksichtigen. Hier wird es die Aufgabe des Fachbereiches Sport sein, der Leistungsdivergenz der Schüler/innen sowohl inhaltlich-methodisch, als auch durch entsprechende Beschlüsse zur Leistungsbewertung gerecht zu werden.

Verschiedene Arbeitsgemeinschaften sollen den Schülerinnen und Schülern zum einen helfen, ihre sportlichen Leistungen dem Anforderungsprofil eines Gymnasiums anzupassen, und zum anderen ihre Interessen auch über den Pflichtunterricht hinaus verfolgen und ihre Fähigkeiten vertiefend ausbilden zu können.

#### **2. Pädagogische Grundsätze**

- Offenes Sportverständnis ausbilden
- Anschlussfähigkeit über die Schulstufen hinweg gewährleisten
- Individuelle Voraussetzungen der Schüler/innen und situative Bedingungen der Schule berücksichtigen
- Bezüge zum Sport auch außerhalb der Schule herstellen
- Kompetenzen entwickeln und fördern
- Hinführung zum selbstständigen Gestalten des Unterrichts und zur selbstbewusst realistischen Eigenbewertung
- Rhythmisierung der Inhalte entsprechend der schulischen und regionalen Veranstaltungen und Wettkämpfe

#### **3. Schulspezifische Voraussetzungen**

##### **3.1 Schulsport**

- Der Sportunterricht wird in den Klassenstufen fünf und sechs dreistündig und von Klassenstufe sieben an zweistündig erteilt.
- In Klassenstufe sechs findet ganzjährig zweistündiger Schwimmunterricht statt.
- Räumliche Gegebenheiten:
  1. Große Sporthalle mit kleiner Tribüne, die durch Vorhänge in drei Felder unterteilt werden kann. Im Sportunterricht werden maximal drei Klassen gleichzeitig unterrichtet. Die Halle ist mit den gängigen Sportgeräten ausgestattet.
  2. Sportplatz mit 400m-Bahn und Rasenplatz mit angeschlossenem Kunstrasenplatz, einer Weitsprunganlage, Kugelstoß- und Hochsprunganlage.

### 3.2 Schulinterne Veranstaltungen

- Klassenstaffeltag
- Schwimmstaffelwettbewerb
- Bundesjugendspiele / Sportfest

### 3.3 Sportwettkampfoptionen

- Helgolandmarathon
- Crosslauf
- Schwimmstaffeltag
- Senatsstaffel
- Drachenbootrennen
- Jugend trainiert für Olympia
- Kanutag
- Trimmregatta
- Ergometer-Wettbewerb

### 3.4 Arbeitsgemeinschaften

- Handball
- Rudern
- Volleyball

In den Arbeitsgemeinschaften wird je nach Angebot an weiteren Sportwettkämpfen teilgenommen. Arbeitsgemeinschaften können flexibel erweitert werden.

## 4. Themenfelder

Die im Folgenden aufgeführte Übersicht der Themenfelder und Themen in Bezug zu den jeweiligen Schuljahren gilt als Grundlage. Die Inhalte der Jahrgänge 7/8 und 9/10 können bei Bedarf getauscht werden.

<b>Themen</b>	<b>Klasse 5 und 6</b>		<b>Klasse 7 und 8</b>		<b>Klasse 9 und 10</b>
<b>Sich fit halten</b>	Koordinative Grundlagenschulung		Ausdauer und Schnelligkeit trainieren	Koordination vertiefen	Krafttraining
<b>Sportspiele</b>	Ballschule, Zielwurfspiele (Basketball)		Rückschlagspiele (Volleyball) Fußball (Vorbereitung zum großen Sportspiel)		Floorball (Koordination mit Schläger) Handball (Großspiel)
<b>Sportspiele Outdoor</b>	Fangen und Werfen mit verschiedenen Bällen	-	Ultimate Frisbee, Fußball		Kurzeinführung mit einem Schwerpunkt: Rückschlagspiel Speedminton, Flag-Football, Intercross, Spike Ball
<b>Turnen</b>	Grundlagen am Boden/ Akrobatik/ ein weiteres Gerät	-	Sprung und Ringe, Reck, Barren		Le Parcours
<b>Laufen, Springen, Werfen</b>	Vorbereitung BJS				
	Grundlagen in Weitsprung, Sprint, Wurf und Staffeltraining		Einführung Hochsprung		Einführung Schleuderball, Speer und Kugel/2000m Lauf
<b>Schwimmen</b>		Schwimm-fähigkeit erwerben/ verbessern			
<b>Bewegungs-gestaltung/ Tanz</b>				Rope Skipping/ Step Aerobic...	Eine Choreographie erarbeiten und präsentieren
<b>Ringen und Raufen</b>	Vertrauen und Körperspannung				Partnerkämpfe (um Gegenstände) durchführen

## 5. Unterrichtsinhalte der einzelnen Jahrgangsstufen

### 5.1 Allgemeines

- Die im Folgenden als verbindlich angeführten Unterrichtsinhalte orientieren sich am aktuellen Lehrplan Sport des Landes Schleswig-Holstein. Sie sind bewusst allgemein gehalten, da sie bei Bedarf vertieft bzw. durch weitere Inhalte der Fachanforderungen Sport ergänzt und / oder mit diesen vernetzt werden sollen.
- Eine Präsentationsfähigkeit der Schüler/innen sollte über die einzelnen Klassenstufen hinweg von kurzen Zusammenfassungen (z. B. einzelner Lerninhalte, Bewegungskriterien, Korrekturhinweisen etc.) hin zu ausführlicheren Stellungnahmen / Begründungen (bspw. Spiel-, Regelerklärungen, Begründung für Kürübungen, trainingswissenschaftlichen oder biomechanischen Erklärungen etc.) entwickelt werden.
- Die Organisation des Unterrichts gewährleistet stets eine sichere Sporttätigkeit und eine kommunikative Atmosphäre.

### 5.2 Inhalte der Klassen 5 und 6

- In Klassenstufe 5 ist mit einer Leistungsdivergenz der Schüler/innen zu rechnen, die sowohl inhaltlich-methodisch als auch hinsichtlich der Leistungsbewertung ein hohes Maß an Flexibilität erfordert.
- Die koordinative und die konditionelle Entwicklung der Schüler/innen in den Klassenstufen 5 und 6 soll möglichst gleichgestellt im Unterricht Berücksichtigung finden. Fachinhalte werden dabei möglichst in spielerischer Form vermittelt. Der Kompetenzschwerpunkt liegt in dieser Klassenstufe auf der Entwicklung der Sach- und Sozialkompetenz.
- Im Themenfeld Sportspiele wird in der Klassenstufe 5 die Ballschulung vermittelt. Hierbei werden grundlegende Techniken unter Anwendung verschiedener Lehrmethoden, wie z. B. dem Einsatz von Bildmaterialien, Wortkarten, Bewegungsdemonstrationen, usw. vermittelt und weiterentwickelt.

Klassenstufe	Themenfeld	Inhalte / Didaktische Leitlinie / Methode	Kompetenzaufbau
5.Klasse	<b>Themenfeld 1:</b> <b>Laufen, Springen, Werfen</b>	Erlernen der leichtathletischen Grundlagen im Weitsprung, Ballwurf und Sprint, Spielleichtathletik, Staffellauf	Technikerwerb
	<b>Prüfung Themenfeld 1</b>	- Leistungstabelle (2006) 5.-10.-Klasse auf ISERV - Bundesjugendspiele	
	<b>Themenfeld 2:</b> <b>Sportspiele</b>	<b>Kleine Spiele:</b> verschiedene Laufspiele, unterschiedliche Bälle, wenig Regeln; schnell durchführbar; auch selbst Regeln entwickeln lassen <b>Ballspiele:</b> mehrere Sportspiele nutzen wie Völkerball, Merkball oder Tchoukball <b>Turnier</b> (ganzer Jahrgang): Völkerball	Ballkoordination und Taktikverständnis Regeln ausprobieren/erarbeiten, sich an Regeln halten, mit-/gegeneinander spielen, Spiele aufrechterhalten können, Spiele selbst organisieren, mit Sieg/Niederlage umgehen können
	<b>Prüfung Themenfeld 2</b>	- Spielfähigkeit - Regelverständnis / Umsetzung	
	<b>Themenfeld 3:</b> <b>Turnen</b>	Grundlagen am Boden/ Akrobatik, Einführung in mindestens ein weiteres turnerisches Gerät	Stützkraft, Rollbewegungen, Handstand, Gleichgewichtsschulung Übungen zur Kräftigung der Muskulatur und Körperspannung, Partner- und Gruppenakrobatik
	<b>Prüfung Themenfeld 3</b>	- technische, ästhetische Note - mögliche andere Bewertung (Motivation, Angstüberwindung, Lernzuwachs,...)	
	<b>Themenfeld 4:</b> <b>Sich fit halten</b>	Koordinationsübungen mit Koordinationsleitern/ Lauf ABC	Koordinative Grundausbildung
	<b>Prüfung Themenfeld 4</b>	Bewertung von Bewegungsfluss und Lernzuwachs	
	<b>Themenfeld 5</b> <b>Raufen, Ringen, Verteidigen</b>	Vertrauensübungen mit Körperspannung	Gleichgewicht und Körperspannung halten/ Körperkontakt zulassen
	<b>Prüfung Themenfeld 5</b>	Mut und Bewegungsausführung bewerten	
Stundenanzahl gesamt (3 Stunden / Woche)			

- Die Klassenstufe 6 weicht aufgrund des hohen Schwimmanteils von den Inhalten und der Zeitverteilung der Klassenstufe 5 ab. Aus dem Schwimmunterricht soll eine leistungsfähige Schwimmstaffelmannschaft hervorgehen, die am Schwimmstaffeltag für die Schule antritt. Neben dem Schwimmunterricht steht vor allem das Sportspiel Basketball im Vordergrund, bei dem die in der 5. Klasse erarbeiteten Fähigkeiten angewendet werden sollen.

Klassenstufe	Themenfeld	Inhalte / Didaktische Leitlinie / Methode	Kompetenzaufbau
6.Klasse	<b>Themenfeld 1 Schwimmen</b>	Gefühl für das Medium Wasser aufbauen, verschiedene Schwimmstile einführen und vertiefen, Tauchen (Strecken- und Tief-), Springen (Startsprung, kreatives Springen), Spiele im Wasser Wettkampf: Schwimmstaffel	Umsetzung der Fachanforderungen zum Thema Schwimmen in ihrer Gesamtheit
	<b>Prüfung Themenfeld 1</b>	- Leistungstabelle - Noten: Leistung, Technik, Abzeichen, Lernzuwachs	
	<b>Themenfeld 2 Sportspiele</b>	Am Beispiel Basketball Grundstrukturen in Angriff und Abwehr erkennen, Spielpositionen einnehmen und erste Regelkenntnisse erwerben	Sich anbieten und orientieren, Zielwürfe unter Druck
	<b>Prüfung Themenfeld 2</b>	Bewertung der Spielfähigkeit und des taktischen Verständnisses	
	<b>Themenfeld 3 Sich fit halten</b>	Kraftausdauer im Rahmen des Schwimmunterrichts trainieren	Körperstabilität
	<b>Prüfung Themenfeld 3</b>	Keine Prüfung	
	<b>Themenfeld 4 Laufen, Springen, Werfen</b>	Sprint vertiefen, Staffellauf auffrischen	Zeit- und Tempogefühl entwickeln
	<b>Prüfung Themenfeld 4</b>	Zeitmessung und Verbesserung zum Vorjahr	
	<b>Themenfeld 5 Raufen, Ringen, Verteidigen</b>	Partnerkämpfe um Gegenstände durchführen	Grundhaltungen und Grundprinzipien erarbeiten, spezifische Gleichgewichtsschulung
<b>Prüfung Themenfeld 5</b>		Bewertung der Körperstabilität und des Durchsetzungsvermögens	
Stundenanzahl gesamt (3 Stunden / Woche)			

### 5.3 Inhalte der Klassen 7 und 8

- Die in Klasse 5 und 6 gelegten Kompetenzen werden hier weiter vertieft und zusätzlich durch Selbst- und Methodenkompetenz ergänzt.
- Im Themenfeld Sportspiele werden in den Klassenstufen 7 und 8 die Sportspiele Volleyball, Fußball und Ultimate Frisbee eingeführt. Bereits bekannte Lehrmethoden zum Erwerb grundlegender Techniken und Regeln werden vermittelt und weiterentwickelt.

Klassenstufe	Themenfeld	Inhalte / Didaktische Leitlinie / Methode	Kompetenzaufbau
7. – 8. Klasse	<b>Themenfeld 1 Sportspiele</b>	<u>verpflichtend:</u> Volleyball, Fußball und Ultimate Frisbee	Orientierung auf dem Feld und zum Ball, technische Fähigkeiten erlangen, Lücken nutzen, Freiräume erarbeiten, Abschlussmöglichkeiten nutzen, das Erreichen einer Zielzone verhindern, sich anbieten
	<b>Prüfung Themenfeld 1</b>	Die Spielfähigkeit und Technik beurteilen	
	<b>Themenfeld 2 Laufen, Springen, Werfen</b>	Vertiefung von Sprint, Weitsprung und Ballwurf	Einfache biomechanische Prinzipien erkennen, verstehen und anwenden
	<b>Prüfung Themenfeld 2</b>	Leistungstabelle Leichtathletik	
	<b>Themenfeld 3 Sich fit halten</b>	Ausdauer und Schnelligkeit verbessern, Koordination trainieren	Erschöpfung und Ermüdung überwinden, schnelle Regeneration bei Sprints, Definition der koordinativen Fähigkeiten
	<b>Prüfung Themenfeld 3</b>	Im Rahmen der Leichtathletiknote	
	<b>Themenfeld 4 Turnen</b>	Erfahrungen im Sprung (Trampolin und Kasten) und an Reck und Barren machen	Stützen, Schwingen, Körperstabilität, Koordination, Hilfe und Sicherheitsgriffe kennen und anwenden
	<b>Prüfung Themenfeld 4</b>	Bewerten einer kurzen Turnkür (Körperspannung/ Technik)	
	<b>Themenfeld 5 Bewegungsgestaltung/ Tanz</b>	Rhythmusgefühl beim Rope-Skipping oder bei der Step-Aerobic erlernen	Bewegung zur Musik rhythmisieren, eine Choreographie erarbeiten und präsentieren
	<b>Prüfung Themenfeld 5</b>	Einzel- oder Gruppenchoreographie	
Stundenanzahl gesamt (2 Stunden / Woche)			

## 5.4 Inhalte der Klassen 9 und 10

- Die in Klasse 7 und 8 gelegten Kompetenzen werden hier weiter vertieft und zusätzlich durch Selbst- und Methodenkompetenz ergänzt.
- Im Themenfeld Sportspiele werden in den Klassenstufen 9 und 10 die Sportspiele Floorball und Handball eingeführt. Zudem soll die Vielfalt der „Outdoor Sportspiele“, Speedminton, Flag-Football und Intercross, gezeigt und jeweils in einer kurzen Einheit den Schülerinnen und Schülern nähergebracht werden.

Klassenstufe	Themenfeld	Inhalte / Didaktische Leitlinie / Methode	Kompetenzaufbau
<b>9. – 10. Klasse</b>	<b>Themenfeld 1 Sportspiele</b>	<u>verpflichtend</u> : Floorball, Handball Vorstellung: Speedminton, Flag-Football und Intercross	Die bereits in 7 und 8 gelegten Kompetenzen verbessern: Orientierung auf dem Feld und zum Ball, technische Fähigkeiten erlangen, Lücken nutzen, Freiräume erarbeiten, Abschlussmöglichkeiten nutzen, das Erreichen einer Zielzone verhindern, sich anbieten Zusätzlich: Regelkenntnisse, Start- und Beschleunigungsfähigkeit sichtbar nutzen, Timing, Spielpunkt des Balles bestimmen, Ballannahme und Ballkontrolle stören, sich für Fairplay einsetzen
<b>Prüfung Themenfeld 1</b>	Die Spielfähigkeit, Technik und das Einhalten von Fairplay bewerten		
	<b>Themenfeld 2 Laufen, Springen, Werfen</b>	Wiederholung von Sprint, Weitsprung und Ballwurf, Einführung Schleuderball und Ausdauerlauf	Vertiefung der Anwendung biomechanischer Prinzipien, Rhythmusgefühl und Koordination beim Schleuderballwurf, Zeit- und Tempogefühl entwickeln, rhythmisch und ausdauernd laufen
	<b>Prüfung Themenfeld 2</b>	Leistungstabelle Leichtathletik/ Ausführung	
	<b>Themenfeld 3 Sich fit halten</b>	Vertiefung von Ausdauer Schnelligkeit und Koordination, Einführung von Krafttraining (Körperstabilität, Push-up)	Erschöpfung und Ermüdung überwinden, Kräftigungsübungen korrekt ausführen, Anstrengungsbereitschaft zeigen
	<b>Prüfung Themenfeld 3</b>	Push-Up Test	

	<b>Themenfeld 4 Turnen</b>	Erfahrungen an Ringen und Seilen machen/ Le Parcours	Schwingen, Stützen, Körperstabilität, Koordination, kreative Bewegungskombinationen gestalten und präsentieren
	<b>Prüfung Themenfeld 4</b>	Bewerten einer kurzen Kür an den Ringen/ Bewerten von Schnelligkeit und Bewegungsausführungen im Parcours	
	<b>Themenfeld 5 Bewegungsgestaltung/ Tanz</b>	Erarbeiten einer Gruppenkür in einer ausgewählten Tanzart	Bewegung zur Musik rhythmisieren, eine Choreographie in der Gruppe erarbeiten und präsentieren
	<b>Prüfung Themenfeld 5</b>	Bewertung der Gruppenchoreographie	
Stundenanzahl gesamt (2 Stunden / Woche)			

## 6. Übergang in die Sekundarstufe II

Der Erwerb der in den Jahrgangsstufen 5-10 festgelegten Kompetenzen ist personenabhängig und individuell. Er wird durch die jeweilige Zeugnisnote kommentiert. Jede Schülerin und jeder Schüler sollte aber mit Eintritt in die Sekundarstufe II eine klare Vorstellung von den vorausgesetzten und von ihm erwarteten Kompetenzen haben.