

Schulinternes Fachcurriculum Sekundarstufe 1

Klasse 5

Themenbereich	Angestrebte Inhalte	Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung***	Mögliche Leistungsüberprüfung	Kompetenzorientierung und -entwicklung
Sich fit halten	Koordinative Grundlagenschulung (z.B. Zeitschätzläufe, Lauf- und Fangspiele)	Pulsmessungen durchführen	Laufabzeichen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Persönliche Ziele setzen u. erreichen, Anstrengungsbeurteilungsfähigkeit u. Durchhaltevermögen zeigen
Sportspiele	Allgemeine Ballschule, Ballkoordination mit Hand und Fuß, Schwerpunkt Fußball	Spielregeln kennen und einhalten	Schusstechnik u.a. im Fußball anwenden	Verfügen über motorische Fähigkeiten, Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem SU reflektieren, Umgang mit Sieg und Niederlage
Turnen*	Turnerische Grundaspekte wie (Stütz-) Kraft und Körperspannung, Grundlagen am Boden und an verschiedenen Turngeräten	Sicherheitsaspekte kennen	Präsentation einer kurzen Turn- oder Akrobatikkür in Partner- oder Gruppenarbeit oder einzelner Turnübungen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, können Fachbegriffe für die Sicherheitsnutzung verwenden
Laufen, Springen, Werfen	Spielleichtathletik, kleine Einzel- und Mannschaftswettbewerbe (z.B. Zielweitwurf)	Leichtathletische Leistungsbeurteilungen erfassen	Bundesjugendspiele (z.B. mit Hilfe der App Mehrkampfrechner)	Verfügen über motorische Fähigkeiten
Bewegungs-gestaltung / Tanz	Grundlegende Bewegungsschulung, Bewegung im Takt (ggf. zur Musik), Schwerpunkt Basic Body Activities	Bewegungskarten lesen	Bewegung zur Musik. mit Partner/Gruppe abstimmen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, können Aufgabenbeschreibungen verstehen
Raufen, Ringen, Verteidigen	Körperspannung, Vertrauen, kleine Spiele um etwas oder Kämpfe im Knien gegeneinander	Rituale und Regeln entwickeln	Sicherheitsregeln und Rituale in der Anwendung	Erfahrungen und Erlebnisse aus dem SU reflektieren, Verantwortung für sich und ihr Tun übernehmen, Offenheit gegenüber Menschen und Situationen
Wassersport	Kennen von und Umgehen mit dem Segelboot mithilfe des Stettiner Segelvereins	Sicherheitsregeln und Absprachen kennen	Theoretische Sicherheitsprüfung	Bewegungserfahrung erweitern, Verantwortungsbewusstsein gegenüber Natur und Material entwickeln

Klasse 6

Themenbereich	Angestrebte Inhalte	Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung***	Mögliche Leistungsüberprüfung	Kompetenzorientierung und -entwicklung
Sich fit halten	Ausdauernd laufen, individuelles Lauftempo finden und an Streckenlängen anpassen	Trainingsmethoden kennenlernen	Lauftag	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Persönliche Ziele setzen u. erreichen, Anstrengungsbereitschaft u. Durchhaltevermögen zeigen
Sportspiele	Sportartspezifische Ballschule, Ballkoordination mit Hand, Fuß und Schläger, Schwerpunkt Floorball, zudem Fußball	Grundstrukturen in Angriff und Abwehr erkennen	Technik und Taktik im Floorball anwenden	Umgang mit Sieg und Niederlage, können Fachbegriffe anwenden
Turnen*	Grundlagen am Boden und an Geräten	Sicherheitsaspekte und Fachbegriffe für turnerische Elemente kennen	Präsentation einer kurzen Turn- oder Akrobatikkür in Partner- oder Gruppenarbeit oder einzelner Turnübungen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, verstehen Fachbegriffe für turnerische Elemente
Laufen, Springen, Werfen	Spielleichtathletik, kleine Einzel- und Mannschaftswettbewerbe (z.B. Staffellauf)	Weitere leichtathletische Leistungsbegriffe erfassen	Bundesjugendspiele (z.B. mit Hilfe der App Mehrkampfrechner)	Über motorische Fähigkeiten verfügen
Schwimmen**	ein Halbjahr in differenzierten Leistungsgruppen üben, Baderegeln kennenlernen und anwenden, verschiedene Schwimmtechniken kennenlernen und einüben, tief und weit tauchen, Sprünge vom Brett und Startblock	Baderegeln sowie Bewegungsmerkmale der Schwimmtechniken Brust, Kraul und Rücken kennen	Überprüfung der Anforderungen für das Schwimmabzeichen Bronze (Sprung Kopfwärts vom Beckenrand, 15 min Schwimmen, 2m tief tauchen mit Herausholen eines Gegenstandes, Paketsprung vom Startblock oder 1m-Brett)	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, über motorische Fähigkeiten verfügen, Absprachen und Regeln einhalten, verwenden Fachbegriffe
Bewegungs-gestaltung / Tanz	Grundlegende Bewegungsschulung, Bewegung im Takt (ggf. zur Musik) Schwerpunkt Gummitwist	Bewegungskarten lesen	Bewegung zur Musik. mit Partner/Gruppe abstimmen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, verstehen Bewegungsbeschreibungen
Raufen, Ringen, Verteiligen	Körperspannung, Vertrauen, kleine Spiele um etwas oder Kämpfe im Knien gegeneinander	Rituale und Regeln entwickeln	Sicherheitsregeln und Rituale in der Anwendung, Empathie und Achtung gegenüber anderen zeigen	Erfahrungen und Erlebnisse aus dem SU reflektieren, Verantwortung für sich und ihr Tun übernehmen, Offenheit gegenüber Menschen und Situationen
Wassersport	Kennen von und Umgehen mit dem Ruderboot	Sicherheitsregeln und Absprachen kennen	Theoretische Sicherheitsprüfung	Bewegungserfahrung erweitern, Verantwortungsbewusstsein gegenüber Natur und Material entwickeln, Absprachen und Regeln einhalten

Klasse 7

Themenbereich	Angestrebte Inhalte	Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung***	Mögliche Leistungsüberprüfung	Kompetenzorientierung und -entwicklung
Sich fit halten	Schulung der Kraft-Ausdauer, z.B. mit einem Zirkel, Kondition und Koordination	Koordinative und konditionelle Fähigkeiten definieren	Beep-Test, Ausdauerlauf, Ausführung koordinativer Übungen, Verfügen über motorische Fähigkeiten	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern (Kraft, Ausdauer), Bewegung und Sport als Faktor für eigenes Wohlbefinden und gesunder Entwicklung kennen
Sportspiele	Wurf- und Fangtechnik verbessern sowie ein Sportartübergreifendes Taktikverständnis entwickeln anhand der Schwerpunktsportart Handball	Koordinations- und Taktikbausteine (Druckfaktoren) kennenlernen und trainieren	Wurf- und Fangtechnik sowie Taktik im Handball anwenden	Umgang mit Sieg und Niederlage, Kommunizieren und Kooperieren
Turnen*	Gerätturnen im Rahmen der Turnwochen (Reck, Balken, Barren, Sprung, Minitrampolin)	Kennen der zentralen Merkmale einzelner Turnübungen, Hilfe- und Sicherheitsgriffe kennen und anwenden	Präsentation einer Turn- oder Akrobatikkür in Partner- oder Gruppenarbeit oder einzelner Turnübungen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Offenheit gegenüber Anforderungen
Laufen, Springen, Werfen	Verschiedene leichtathletische Disziplinen (Schwerpunkt Sprint)	Regeln zu den behandelten Disziplinen kennen	Bundesjugendspiele (z.B. mit Hilfe der App Mehrkampfrechner)	Verfügen über motorische Fähigkeiten (Schnelligkeit)
Bewegungs-gestaltung / Tanz	Klassenchoreografie (Schwerpunkt Jumpstyle) einstudieren und ggf. weiterentwickeln	Musikalische Fachbegriffe kennen und verwenden	Vorgegebene Tanz-Kür präsentieren	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Erarbeitetes präsentieren, Positive KörperEinstellung zu sich und ihrem Körper entwickeln
Raufen, Ringen, Verteidigen	Zweikämpfe in Bodenlage, den Gegner aus verschiedenen Ausgangssituationen versuchen, in die Rückenlage zu drehen und festzuhalten, sich aus der Rückenlage befreien	Umsetzung von Anweisungen und Aufgabenstellungen	Informationseinnahme für Bewegungslernen mithilfe von Bewegungsbeschreibungen, Bildern u. Ä. und die Umsetzung in eigenes Bewegungshandeln	Empathie und Achtung gegenüber anderen zeigen, wenden Bewegungsbeschreibungen an
Wassersport	Fortbewegung mithilfe verschiedener Techniken im Ruderboot	Umsetzung von Anweisungen und Aufgabenstellungen angepasst an die Natur	Parcoursfahren	Einschätzung der Wirkung des eigenen Tuns auf dem Wasser

Klasse 8

Themenbereich	Angestrebte Inhalte	Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung***	Mögliche Leistungsüberprüfung	Kompetenzorientierung und -entwicklung
Sich fit halten	Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainieren, mit dem Schwerpunkt Ropeskipping	Arbeitskarten lesen, verstehen und umsetzen	Erstellen einer Rope Skipping Kür	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, verfügen über motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Koordination), Bewegung und Sport als Faktor für eigenes Wohlbefinden und gesunder Entwicklung kennen, Informationen verstehen und umsetzen (Bewegungsbeschreibungen u. Trainingspläne)
Sportspiele	Schwerpunkt Badminton sowie kleine Spiele aus dem Bereich der Zielschuss- bzw. Zielwurf- und Rückschlagsportart, zudem Handball	Taktikbausteine (Positionsspiel, Lauf- und Raumwege) kennenlernen und umsetzen	Technik und Taktik im Badminton anwenden	Fähigkeit zum kreativen Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels sowie grundlegende Spielfähigkeit, Kommunizieren und Kooperieren
Turnen*	Gerätturnen im Rahmen der Turnwochen (Reck, Balken, Barren, Sprung, Minitrampolin)	Kennen der zentralen Merkmale einzelner Turnübungen, Hilfe- und Sicherheitsgriffe kennen und anwenden	Präsentation einer Turn- oder Akrobatikkür in Partner- oder Gruppenarbeit oder einzelner Turnübungen	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Positive KörperEinstellung zu sich und ihrem Körper entwickeln, Offenheit gegenüber Anforderungen, Hilfsbereitschaft zeigen
Laufen, Springen, Werfen	Verschiedene leichtathletische Disziplinen (Schwerpunkt Weitsprung)	Regeln und Technikmerkmale zu den behandelten Disziplinen kennen und anwenden, Selbst- oder Fremdreflexion der Sprung-technik, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder z. B. der App Coache´s Eye	Bundesjugendspiele und Technikküberprüfung einzelner Disziplinen (z.B. mit Hilfe der App Mehrkampfrechner)	Verfügen über motorische Fähigkeiten (Schnelligkeit u. Kraft), Bewegungen beobachten
Bewegungsgestaltung / Tanz	Klassenchoreografie (Schwerpunkt Line Dance) einstudieren und ggf. in Gruppen verändern	Visualisierte Schrittfolgen analysieren und erstellen	Vorgegebene bzw. leicht veränderte Tanz-Kür präsentieren	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, rhythmische, gymnastische u. gestalterische Gestaltung der Bewegung, Erarbeitetes präsentieren
Raufen, Ringen, Verteidigen	Zweikämpfe in Bodenlage, den Gegner aus verschiedenen Ausgangssituationen versuchen, in die Rückenlage zu drehen und festzuhalten, sich aus der Rückenlage befreien	Umsetzung von Anweisungen und Aufgabenstellungen	Informationsentnahme für Bewegungskennen mithilfe von Bewegungsbeschreibungen, Bildern u. Ä. und die Umsetzung in eigenes Bewegungsverhalten	Empathie und Achtung gegenüber anderen zeigen, wenden Bewegungsbeschreibungen an

Klasse 9

Themenbereich	Angestrebte Inhalte	Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung***	Mögliche Leistungsüberprüfung	Kompetenzorientierung und -entwicklung
Sich fit halten	Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainieren, mit dem Schwerpunkt Step Aerobic	Arbeitskarten lesen, verstehen und umsetzen	Erstellen einer Step Aerobic Kür	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Verfügen über motorische Fähigkeiten (Ausdauer, Koordination), Bewegung und Sport als Faktor für eigenes Wohlbefinden und gesunder Entwicklung kennen, Informationen verstehen und umsetzen (Bewegungsbeschreibungen u. Trainingspläne)
Sportspiele	Schwerpunkt Basketball sowie eine beliebige Zielschuss- bzw. Zielwurf- und Rückschlagsportart, zudem Einführung Volleyball	Selbst- oder Fremdreflexion der Schlagtechniken, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder z. B. der App Coach's Eye	Technik und Taktik im Basketball anwenden	Fähigkeit zum kreativen Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels sowie grundlegende Spielfähigkeit, Bewegungen beobachten, Schiedsrichtertätigkeiten ausführen, Teambereitschaft zeigen
Turnen*	Ausarbeitung von individuellen Küren oder Partner- und Gruppenküren im Bereich Akrobatik oder Erarbeitung einzelner Elemente im Gerätturnen auf erhöhtem Niveau	Kennen der zentralen Merkmale einzelner Turnübungen, Selbst- oder Fremdreflexion der Turnbewegung, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder z. B. der App Coach's Eye	Präsentation einer Turn- oder Akrobatikkür in Partner- oder Gruppenarbeit oder einzelner Turnübungen auf erhöhtem Niveau	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Bewegungen beobachten
Laufen, Springen, Werfen	Verschiedene leichtathletische Disziplinen (Schwerpunkt Hochsprung)	Selbst- oder Fremdreflexion der Hochsprungtechnik, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder z. B. der App Coach's Eye	Bundesjugenspiele und Techniküberprüfung einzelner Disziplinen (z.B. mit Hilfe der App Mehrkampfrechner)	Verfügen über motorische Fähigkeiten (Schnelligkeit u. Kraft), Bewegungen beobachten
Bewegungsgestaltung / Tanz	Klassenchoreografie (Schwerpunkt HipHop) einstudieren und ggf. in Gruppen weiterentwickeln	Bewegungskriterien entwickeln und anwenden, Raumwege thematisieren	Erweiterte Tanz-Kür präsentieren	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, rhythmische, gymnastische u. gestalterische Gestaltung der Bewegung, Erarbeitetes präsentieren, Meinungen und Wünsche anderer akzeptieren
Raufen, Ringen, Verteidigen	Fallen lernen, werfen und geworfen werden, Wurftechniken in Zweikampfsituationen anwenden, nach einer Wurftechnik in der Bodenlage weiterkämpfen	Konfliktlösung innerhalb eines Spiels	Einnahmen einer Spielrolle im Spielgeschehen	Selbstständige und differenzierte Eigenreflexion
Wassersport	Erkennen die Besonderheiten und Gefahren eines Ruderreviers	Entwicklung von sportspezifischen konditionellen Fähigkeiten	Zeitfahren	Anwendung bestimmter Techniken in unterschiedlichen Situationen

Klasse 10

Themenbereich	Angestrebte Inhalte	Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung***	Mögliche Leistungsüberprüfung	Kompetenzorientierung und -entwicklung
Sich fit halten	Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainieren, Kennenlernen verschiedener Workouts mit dem Schwerpunkt Hyrox	Arbeitskarten lesen, verstehen und umsetzen, Kräftigungsübungen entsprechenden Muskelgruppen zuordnen	Ausarbeitung und Präsentation eines Workouts in Partner- oder Gruppenarbeit	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Verfügen über motorische Fähigkeiten (Ausdauer), Bewegung und Sport als Faktor für eigenes Wohlbefinden und gesunder Entwicklung kennen, Dokumentation eines Workouts erstellen, Informationen verstehen und umsetzen (Bewegungsbeschreibungen u. Trainingspläne)
Sportspiele	Schwerpunkt Volleyball sowie eine beliebige Zielschuss- bzw. Zielwurf- und Rückschlagsportart	Selbst- oder Fremdreflexion der Schlagtechniken, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder der App Coache´s Eye, ggf. Nutzung der App Taktikboard zur Visuellen Darstellung des taktischen Bewegungslernens	Taktikaufgaben im Volleyball umsetzen, Regelkunde Test (verpflichtend)	Fähigkeit zum kreativen Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels, Bewegungen beobachten, Schiedsrichtertätigkeiten ausführen, Teambereitschaft zeigen
Turnen*	Ausarbeitung von individuellen Küren oder Partner- und Gruppenküren im Bereich Akrobatik oder Erarbeitung einzelner Elemente im Gerätturnen auf erhöhtem Niveau	Kennen der zentralen Merkmale einzelner Turnübungen, Selbst- oder Fremdreflexion der Turnbewegung, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder z. B. der App Coache´s Eye	Präsentation einer Turner- oder Akrobatikkür in Partner- oder Gruppenarbeit oder einzelner Turnübungen auf erhöhtem Niveau	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Bewegungen beobachten
Laufen, Springen, Werfen	Verschiedene leichtathletische Disziplinen (Schwerpunkt Kugelstoßen)	Selbst- oder Fremdreflexion der Stoßtechnik, ggf. mit Hilfe von Checklisten oder z. B. der App Coache´s Eye	Bundesjugenspiele und Techniküberprüfung einzelner Disziplinen (z.B. mit Hilfe der App Mehrkampf-rechner)	Verfügen über motorische Fähigkeiten (Kraft u. Koordination), Bewegungen beobachten
Bewegungs-gestaltung / Tanz	Klassenchoreografie (Paartanz) einstudieren und ggf. in Gruppen weiterentwickeln	Bewegungskriterien entwickeln und anwenden, Raumwege thematisieren	Erweiterte Tanz-Kür präsentieren	Bewegungs- u. Körpererfahrung erweitern, Rhythmische, gymnastische u. gestalterische Gestaltung der Bewegung, Erarbeitetes präsentieren, Meinungen und Wünsche anderer akzeptieren
Raufen, Ringen, Verteidigen	Fallen lernen, werfen und geworfen werden, Wurftechniken in Zweikampfsituationen anwenden, nach einer Wurftechnik in der Bodenlage weiterkämpfen	Konfliktlösung innerhalb eines Spiels	Einnehmen einer Spielerrolle im Spielgeschehen	Selbstständige und differenzierte Eigenreflexion

Übersicht möglicher Übungen im Turnen Sek I

(Unterteilt nach Disziplin und Klassenstufe)

Mögliche Turnübungen - Sprung

Klassenstufe	Sprung
5	Grätsche Bock, 90cm (Differenzierung über Brettabstand, Landung, Streckung ...)
6	Hockwende Kasten quer (Differenzierung über Handhaltung, Beinstellung, Höhe...)
7	Grätsche T-Bock
8	Durchhocken oder Aufgrätschen Kasten quer
9	Grätsche Kasten längs
10/11	Grätsche o. Hocke o. Überschlag Pferd längs

Mögliche Turnübungen - Reck

Klassenstufe	Reck
5	Stütz und Abschwung
6	s.o. + Unterschwung
7	s.o. + Aufschwung
8	s.o. + Fegumschwung
9	s.o. + eigene Elemente
10/11	s.o. + Laufkippe

Mögliche Turnübungen - Boden

Klassenstufe	Boden
5	Rolle vw, Strecksprung, ½ Drehung, Rolle rw, Kerze
6	s.o. + Kopfstand, Rad einseitig
7	s.o. + Aufschwingen in den Handstand (evtl. mit Hilfestellung)
8	s.o. + Handstand abrollen
9	s.o. + Radwende
10/11	s.o. + Rad beidseitig, Rolle rw durch den flüchtigen Handstand

Mögliche Turnübungen - Balken

Klassenstufe	Balken
5	aufsteigen (kleiner Kasten), gehen, Hocke, ½ Drehung unten, ½ Drehung oben, Nachstellsschritte, Streck sprung ab
6	seitl. Aufhocken (Sprungbrett), Abfolge auf dem Balken s.o. + Wechselsprung, Grätsche ab
7	Aufhocken (evtl. Sicherung), Abfolge auf dem Balken s.o. + Schrittsprung, ½ Drehung ab
8	s.o. + verschiedene Gangarten (seitl., tief, rückw.) + Bein im Stand nach vorne/oben strecken und halten...
9	Auflaufen (Sprungbrett), s.o. + Standwaage, Sprünge, Hocksprung ab
10/11	s.o. + Schwebesitz, Radwende ab

Mögliche Turnübungen - Barren

Klassenstufe	Barren
5	Stützschwingen, Außenquersitz re/ li, Abgang vorne über eine Seite in den sicheren Stand (Kehre)
6	s.o. + Grätschsitz mit Einschwingen vorne, Kehre mit ¼ Drehung
7	s.o. + Abgang hinten raus über eine Seite ((Hock-)wende)
8	s.o. + schwungvollere Ausführung (hoher Barren)
9	s.o. + Rückschwung zum Oberarmstand (hoher Barren)
10/11	s.o. + Stemme (vw oder rw) (hoher Barren)

Minitrampolin:

(Sorgfältige Einführung, sorgfältige Kontrolle vor Benutzung, Verbot Flug- und Hechtrolle)

einfache Sprünge, z.B. Strecksprung, Hocksprung, Grätschwinkelsprung und zusätzliche Schwierigkeiten einbauen in Form von Kästen, Mattenwagen

Wettkämpfe und Veranstaltungen

Jugend trainiert für Olympia

Aufgrund unserer AG-Angebote (Handball, Fußball, Volleyball, ...) sowie Kooperationen mit Vereinen (VfL Lübeck-Schwartau, ATSV Stockelsdorf, Schwartauer Tennisverein von 1927 e.V., ...) wird für die Sportarten Tennis, Beach-Volleyball, Volleyball, Handball und Fußball angestrebt, in jedem Jahr Mannschaften zu stellen.

Im Schuljahr 2024/2025 konnten wir mit sechs Mannschaften (Tennis: U16 Mädchen, U14 Mädchen, U 14 Jungen, Volleyball: U18 Mädchen, Beachvolleyball: U18 Mixed, Fußball: U14) an diesem besonderen Schulturnier teilnehmen. Besonders erfolgreich waren unsere Tennis Teams mit einem Vize- sowie zwei Landesmeistertiteln.

Schulinterne Wettkämpfe

Neben den Leistungsüberprüfungen im regulären Unterricht finden folgende Veranstaltungen verbindlich in jedem Schuljahr statt:

- Bundesjugendspiele Leichtathletik für die Klassenstufen 5 bis 10 zum Schuljahresende (Klasse 11 als Helfer und Riegenführer)
- Spielturniere für alle Jahrgangsstufen

Sportveranstaltungen des LG

Klassenstufe	Spilsportart	Klassenstufe	Spilsportart
5	Völkerball (Moorwischpark)	9	Fußball (evtl. Sportplatz des SV Olympia)
6	Brennball (Moorwischpark)	10	Basketball (Basketballplatz draußen + kleine Halle)
7	Floorball (große Sporthalle)	11 (E)	Volleyball (Beach-Platz)
8	Handball (Sportplatz)		

Schulinternes Fachcurriculum Sekundarstufe 1 sowie Konzept Profilfach für die Phasen E, Q1 und Q2

Konkretion SII. Curriculum Sek II, grundlegendes Niveau, gelb unterlegte Markierungen betreffen nur das mögliche Sportprofil = erhöhtes Niveau

	E	Q1:1	Q1:2	Q2:1	Q2:2
Mögliche Theorie-Praxis-Verknüpfung	Einblicke in die Trainings- und Bewegungslehre (konditionelle Fähigkeiten, Trainingsgestaltung/-steuerung, etc.)	Bewegungsoptimierung durch Videoanalyse Taktische Grundelemente und Regelkunde des behandelten Rückschlagspiels	Konditionelle Fähigkeit Ausdauer Taktische Grundelemente Regelkunde des behandelten Mannschaftsspiels	Konditionelle Fähigkeit Kraft/ Koordinative Fähigkeiten Grundelemente und Regelkunde des behandelten Sportspiels	Konzepte Wohlbefinden und Achtsamkeit
Kompetenzorientierung¹	Beherrschung motorischer Fertigkeiten Teambereitschaft fördern Schiedsrichtertätigkeiten üben	Risikobereitschaft, das Treffen kalkulierter Entscheidungen und die Rücksichtnahme gegenüber anderen Meinungen und Wünsche fördern	Persönliche Ziele setzen und verfolgen Erstellung einer Dokumentation (Lauftagebuch) Organisation sportlicher Aktionen	Beherrschung motorischer Fertigkeiten Bewegungsbeschreibungen und Taktikpläne werden umgesetzt (verstehen von Informationen)	Wissen über Bedeutung von Sport für das eigene Wohlbefinden Offenheit gegenüber Menschen, Anforderungen und Situationen fördern
Verpflichtende Inhalte	Leichtathletik: Systematisches Grundlagentraining Laufen, Springen, Werfen Sportspiele: Grundlagen in mind. einem Zielwurf-, Zielschuss-, Rückschlagspiel Fitness:	Leichtathletik: Schwerpunkt <i>Springen</i> (Weitsprung, Hochsprung, Dreisprung) Sportspiele: Schwerpunkt aus <i>Rückschlagspielen</i> ; Badminton oder Pickleball	Leichtathletik: Schwerpunkt <i>Laufen</i> (Kurz-/Mittel-/Langstrecke, Staffel, Lauftechnik, Hürdentechnik, Starttechnik) Sportspiele: Schwerpunkt aus <i>Mannschaftsspielen</i> ;	Leichtathletik: Schwerpunkt <i>Werfen/Stoßen</i> (Speer, Kugel) Sportspiele: Schwerpunkt aus den noch nicht behandelten <i>Mannschafts- oder Rückschlagspielen</i> mit den	Fitness: Schwerpunkt <i>Koordination/Beweglichkeit</i> Entweder als Schwerpunkt oder themenbegleitend unterrichten

¹ Eine vielfältige Kompetenzorientierung und ein/e breitgefächerte Kompetenzerwerb / -entwicklung werden in allen Bereichen angestrebt. Die festgelegte Auswahl ermöglicht eine Fokussierung.

	Verschiedene Trainingsformen in den Fitnessbereichen kennenlernen und deren Auswirkungen auf den menschlichen Organismus thematisieren Wassersport: Grundlagentraining Rudersport	Individualtaktische Verhaltensweisen (z.B. Offensivaktionen zielführend einsetzen) Fitness: Schwerpunkt <i>Schnelligkeit</i> Entweder als Schwerpunkt oder themenbegleitend unterrichten	Fußball, Basketball oder Volleyball Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Verhaltensweisen Fitness: Schwerpunkt <i>Ausdauer</i> Entweder als Schwerpunkt oder themenbegleitend unterrichten Wassersport: Spiel- und Wettkampfformen organisieren und durchführen	entsprechenden taktischen Verhaltensweisen (s. Q1) Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Verhaltensweisen Fitness: Schwerpunkt <i>Kraft/ Koordination</i> Entweder als Schwerpunkt oder themenbegleitend unterrichten	Wiener Koordinationsparcour Gesundheitskonzept für das Leibniz-Gymnasium nach Salutogenesemodell
Mögliche Leistungsüberprüfung	Wiener Koordinationsparcour Trainingsplan erstellen Erklärvideo einer Bewegungsfertigkeit z. B. Kugelstoßen	3.000m-Lauf Test Regelkunde	3.000m-Lauf Lauftagebuch Ausarbeitung Step-Aerobic	3.000m-Lauf Unterrichtssequenz zu einer taktischen Maßnahme	Wiener Koordinationsparcour Gesundheitskonzept für das Leibniz-Gymnasium nach Salutogenesemodell
Fakultative Inhalte	Geräturnen, Gymnastik/Tanz, Rollen und Gleiten, Ringen/Raufen/Verteidigen	Geräturnen, Gymnastik/Tanz, Rollen und Gleiten, Ringen/Raufen/Verteidigen	Geräturnen, Gymnastik/Tanz, Rollen und Gleiten, Ringen/Raufen/Verteidigen	Geräturnen, Gymnastik/Tanz, Rollen und Gleiten, Ringen/Raufen/Verteidigen	Sportspiele, Leichtathletik, Geräturnen, Gymnastik/Tanz, Rollen und Gleiten, Ringen/Raufen/Verteidigen

Ergänzung mögliche Prüfungen und deren Wertungen:

- 3000m-Lauf in jedem Halbjahr der Oberstufe. Dieser Leistungsnachweis ist auf dem Sportplatz des Leibniz-Gymnasiums durchzuführen und kann nicht durch ein alternative (Lauf-)Leistung ersetzt werden.
Umsetzung differenzierende Gesundheitsorientierung: 3000m-Wechsellauf (zu zweit, einer hat Pause, zweite Person muss laufen); (siehe Anlage Leibniz 3000m-Lauf)
- Die nach OAPVO vorgeschriebene besondere Fachprüfung besteht aus einem sportpraktischen und einem theoretischen Teil, die eng verzahnt sein sollen und sich auf das unmittelbare Unterrichtsgeschehen beziehen. Sie müssen **im E-Jahrgang einmal pro Schuljahr**, in der **Qualifikationsphase einmal pro Halbjahr** in schwerpunktmäßig behandelten Sportarten durchgeführt werden. Es darf eine Sportart nur einmal geprüft werden. Die Aufgabstellungen der besonderen Fachprüfung können sowohl in der Sporttheorie als auch in der Sportpraxis für die gesamte Gruppe verbindlich sein oder es können individuelle Schwerpunkte gesetzt werden. Zur Ermittlung der Note findet die Sperrklauseltabelle (s. Anhang) Anwendung. Zusätzlich ist darauf zu achten, dass der Anteil des sporttheoretischen Teils an der Gesamtnote mit mindestens 25% zu gewichten ist.

Leistungsbewertung 3000 m-Lauf

Punkte	Leistungsorientierung		Punkte	Gesundheitsorientierung	
	Schüler	Schülerinnen		Schüler	Schülerinnen
15	12:10	13:30			
14	12:20	13:40			
13	12:30	13:50			
12	12:50	14:10			
11	13:10	14:30			
10	13:30	14:50			
09	14:00	15:20	09	12:58	14:18
08	14:30	15:50	08	13:17	14:37
07	15:00	16:20	07	13:39	14:59
06	15:40	17:00	06	14:03	15:23
05	16:20	17:40	05	14:27	15:47
04	17:00	18:20	04	14:54	16:14
03	17:50	19:10	03	15:21	16:41
02	18:40	20:00	02	15:36	16:56
01	19:30	20:50	01	15:54	17:14
0	> 19:30	> 20:50	0	> 15:54	> 17:14

Sperrklauselübersicht

Sperrklauseltabelle					
Praxis / Theorie	Theorie / Praxis				
		3	2	1	0
	15	5	5	5	3
	14	5	5	5	3
	13	5	5	5	3
	12	5	5	5	3
	11	5	5	5	3
	10	5	5	5	3
	9	5	5	5	3
	8	5	5	5	3
	7	5	5	5	4
	6	5	4	4	3
	5	4	4	3	3
	4	4	3	3	2
	3	3	3	2	2
	2	3	2	2	1
	1	2	2	1	1
	0	2	1	1	0

Konzept über das Profulfach für die Phasen E, Q1 und Q2

Hinweis zur Wahl der Praxisthemen:

Die Schülerinnen und Schüler wählen aus dem Bereich Individualsportarten zwei Sportarten (bspw. Fitness, Leichtathletik, Schwimmen, Turnen) aus. Zudem wählen sie drei Sportarten aus den großen Sportspielen (bspw. Fußball, Handball, Basketball) und aus den Rückschlagspielen (bspw. Volleyball, Badminton, Tischtennis) aus. Diese fünf Sportarten werden mit einem Schwerpunkt versehen und in der Einführungsphase unterrichtet und in der Qualifikationsphase weiter vertieft. Diese Einschränkung ermöglicht den reibungslosen Ablauf der Prüfungsphase (drei Tage) zum Ende der Q2. Fitness wird begleitend unterrichtet, falls es durch die Schülerinnen und Schüler nicht ausgewählt wird. Falls eine stärkere Gewichtung der Individualsportarten eingefordert wird, wird eine Umverteilung auf drei Individualsportarten ermöglicht.

Die Auflistung der Theorie- und Praxisthemen stellt eine vorgesehene Verteilung der Sportarten in der Praxis dar

E 1: Profilhema: Grundlagen sportlicher Leistungsfähigkeit (Theoriethemenbereich 1 und 3)

Theorie: Sportliches Training und seine biologischen Grundlagen, Fairness und Aggression

Praxis: Leichtathletik/ Basketball/ Badminton

E 2: Profilhema: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (Theoriethemenbereich 2)

Theorie: Bewegungsanalyse und biomechanische Prinzipien, Kinematik und Dynamik, Lehr- und Lernverfahren, Instruktion und Feedback

Praxis: Fitness/ Fußball/ Rudern

Q1/1: Profilhema: Historische Entwicklung des Sports und der Sportarten (Theoriethemenbereich 4)

Theorie: Definitionen, Olympische Idee, Olympische Spiele und Kommerzialisierung des Sports

Praxis: Turnen / Fußball / Badminton

Q1/2: Profilhema: Leistung erfahren und verstehen (Theoriethemenbereich 1)

Theorie: Vertiefung sportliches Training und seine biologischen Grundlagen, Doping 1

Praxis: Fitness / Basketball / Leichtathletik

Q2/1: Profilhema: Leistungsgedanke und Wetteifer

(Theoriethemenbereich 1, 2 und 3)

Theorie: Volitative Handlungsstrategien, Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit, Spieltheorien und Training, Wirtschaft und Sport

Praxis: Leichtathletik/ Fitness/ Basketball

Q2/2: Profilhema: Wiederholung und Vertiefung zur Vorbereitung auf die Abiturklausur (Theoriethemenbereich 1 und 2)

Theorie: Training und Leistungen beurteilen, Wettkämpfe planen und auswerten, Doping 2

Praxis: Badminton/ Fußball

Vorgesehene Themen, Zeitumfänge und Operatorempfehlung der Klassenarbeiten und alternativer Leistungsnachweise der Einführungs- und Qualifikationsphase

Vorgesehene Themen u. a. Sek II

Phase	Vorgesehene alt. LN und Klassenarbeiten	Zeitumfang	Operatorempfehlung (aus jedem AfB zumindest einen Operator)
E 1	Klassenarbeit: Sportliches Training und seine biologischen Grundlagen, Fairness und Aggression am Beispiel Basketball	90min	maximal 4 Operatoren
E 2	alt. LN: Erlernen eine Bewegungsfertigkeit mithilfe eines Lehrvideos Klassenarbeit: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen z. B. anhand der Sportart Rudern	120min	maximal 4 Operatoren
Q 1 / 1	Klassenarbeit: Die gesellschaftliche Bedeutung des Sports in der Vergangenheit und Gegenwart	180min	maximal 5 Operatoren
Q 1 / 2	alt. LN: Fitnessüberprüfung am Beispiel Step Aerobic Klassenarbeit: Wettkampfbezogene Ernährung und Doping	240min	maximal 5 Operatoren

Q 2 / 1	Vorabitur: Volitative Handlungsstrategien, Selbstkonzept und Selbstwirksamkeit	300 min	maximal 6 Operatoren
Q 2 / 2	alt. LN: Erstellung eines ganzheitlichen Gesundheitsplans Abitur	300 min	maximal 6 Operatoren

Mögliches Profilseminartheme

Mensch und Umwelt - Ein nachhaltiges Gesundheitskonzept für die Zukunft z. B. im Bereich Rudern.