

BEWEGUNG UND SPORT **(Sekundarstufe I)**

Bildungs- und Lehraufgabe (1. bis 4. Klasse):

Der Bewegungs- und Sportunterricht soll bewirken, dass Schülerinnen und Schüler umfassende bewegungs- und sportbezogene Handlungskompetenzen (Fach-, Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz), ein individuelles Bewegungs- und Sportverständnis sowie eine grundlegende Bewegungsbereitschaft als Basis für achtsames, verantwortliches und selbstbestimmtes sportliches Handeln erwerben.¹

Der Unterricht ist von folgenden Absichten geprägt:

- Erweiterung von Bewegungserfahrungen auf der Basis einer breiten koordinativen und konditionellen Grundlagenschulung um ein umfassendes Körperkonzept (Gesamtheit der körperbezogenen Kognitionen, Bewertungen und Handlungspläne) und Körperbewusstsein zu entwickeln.
- Erlernen von grundlegenden Bewegungsformen und Sportarten mit dem Ziel der Aneignung von Fertigkeiten und Wissen – unter Berücksichtigung von Aspekten wie Sicherheit, Gesundheit und selbstverantwortlichem Handeln.
- Übernahme von vorgegebenen und Entwicklung von persönlichen Zielvorstellungen sowie Ausbildung entsprechender Handlungsbereitschaft.²
- reflexive Auseinandersetzung mit Unterrichtssequenzen.
- Reflexion von Leistungsbereitschaft, Leistungsrealisierung und wettkampforientiertem Sporttreiben.
- Hinterfragen der gesellschaftlichen Bedingungen von Bewegung und Sport in ihrer Genese (ua. kulturhistorischer Ursprung bestimmter Sportarten und damit verbundene implizite Wirkungen)⁸, ihrem Geltungsanspruch (ua. Bedeutung von Gesundheit, Instrumentalisierungsdebatte) und der Bedeutung für die Gesellschaft sowie Diskussion von ethischen Implikationen (ua. Verletzungsrisiko, ökologischer Impact von Sport).⁷

Auf der Basis dieser Zielvorstellungen sollen Schülerinnen und Schüler die Bedeutung von Bewegung und Sport vor dem Hintergrund ihrer Lebensentwürfe (Bewegung und Sporttreiben für sich, im sozialen Umfeld, im Verein und in der Familie) prüfen und weiterentwickeln.

Didaktische Grundsätze (1. bis 4. Klasse):

In den Kompetenzbereichen jedes Jahrgangs werden jene Ziele beschrieben, deren Entwicklung bis zum Ende einer bestimmten Klasse abgeschlossen sein soll. Für eine entsprechende Lern- und Aufgabenkultur gelten folgende Richtlinien:

- Setzen von lernwirksamen Entwicklungsreizen auf physischer, psychischer, sozialer und kognitiver Ebene
- systematisches Erlernen, Üben, Variieren und Verbessern sowohl im Rahmen von offenen (ua. erfahrungsorientierten, kooperativen, spielerischen und projektorientierten) Lernangeboten und -formen mit selbstständigen Erarbeitungsphasen als auch in geschlossenen, instruktiven Vermittlungsformen (ua. Übungsreihen)
- Einbeziehung und Nutzung relevanter Lernunterlagen sowie von persönlichen Aufzeichnungen der Schülerinnen und Schüler (Sammelmappe)
- Einbeziehung der Schülerinnen und Schüler in die an Lernzielen sowie am Bildungsgehalt orientierte Unterrichtsgestaltung²
- Abstimmung der Sozialformen auf das jeweilige Kompetenzziel
- Vermittlung kognitiver Grundlagen zur Leistungsverbesserung¹⁰
- Analyse der Strukturen von erworbenen Fertigkeiten, um diese in unterschiedlichen Bewegungskontexten nutzen zu können (Transfer)
- Einsatz unterschiedlicher Aufgabenformate zum Erwerb von Kompetenzen und zur Erhebung des Kompetenzstands sowie zur Leistungsfeststellung

- Einsatz gezielter Aufgabenstellungen, um Bewegungen und Sport außerhalb des Sportunterrichts anzuregen (Hausaufgaben)¹

Schulorganisatorische Hinweise:

- Im Rahmen von Schulveranstaltungen soll ein vertiefender Kompetenzerwerb gezielt und inhaltsbezogen erfolgen.
- Zur Unterstützung und Erweiterung des Kompetenzerwerbs sind Erfahrungen aus der Teilnahme an Sportfesten und Schulwettkämpfen hinsichtlich ihrer Möglichkeiten umzusetzen.
- Eine Abstimmung im Fachteam zur weiteren Konkretisierung/Umsetzung des Lehrplans über alle Klassen ist vorzunehmen, entsprechende Konzepte sind auszuarbeiten.
- Impulse zur Nutzung weiterer Bewegungsangebote im Sinne einer bewegungsorientierten Schulkultur sind in der Schule einzubringen.

Dieser Lehrplan greift folgende übergreifende Themen auf: Bildungs-, Berufs- und Lebensorientierung¹, Entrepreneurship Education², Interkulturelle Bildung⁵, Politische Bildung⁷, Reflexive Geschlechterpädagogik und Gleichstellung⁸, Sprachliche Bildung und Lesen¹⁰, Umweltbildung für nachhaltige Entwicklung¹¹, Verkehrs- und Mobilitätsbildung¹²

Zentrale fachliche Konzepte (1. bis 4. Klasse):

Zentrale fachliche Konzepte bilden Betrachtungsperspektiven auf den Unterrichtsgegenstand „Bewegung und Sport“ ab, und zwar solche von Schülerinnen und Schülern, Lehrerinnen und Lehrern sowie der Fachwissenschaft. Sie schließen an die Vorerfahrungen und das Wissen der Schülerinnen und Schüler an und bilden gleichzeitig eine immer wiederkehrende Struktur des fachlichen Denkens und Handelns, aus der sich die Kompetenzbereiche und Kompetenzen des Gegenstandes ableiten, Unterrichts- und Lernprozesse entwickeln sowie Reflexionsmöglichkeiten erschließen.

Mensch und Bewegungswelt

Sich-Bewegen als konstituierendes Phänomen der Körperlichkeit. Handeln und insbesondere Reflektieren in der wechselseitigen Auseinandersetzung mit der sozialen und materialen Umwelt formen Facetten des Selbstkonzepts.

Sport und Sinn

Bewegen und Sporttreiben erfolgt in Situationen (sinnoffene Phänomene), die durch die Sporttreibenden individuell, aber auch in sozialen Gruppen mit Sinn gefüllt werden.¹ Die Sinnperspektiven haben auch eine bedeutsame motivationale Funktion:

- Leisten und Leistung in Sach-, Selbst- und Sozialbezug erfahren, verstehen und reflektieren
- sich selbst und etwas wahrnehmen, gestalten und darstellen
- sich selbst und etwas erleben und wagen
- um etwas (Ziele), mit etwas (Materialien) und als etwas (Funktionen, Rollen, Positionen) spielen
- Bewegungsbeziehungen im Sport erleben und reflektieren: mit Schülerinnen und Schülern das Miteinander (kooperieren), Gegeneinander (konkurrieren), Füreinander (helfen, unterstützen) und Nebeneinander thematisieren.
- gesundheitliche Wirkungen erfahren

Mensch und Gesellschaft

Bewegung und Sport finden vor dem Hintergrund sozialer und kultureller Vielfalt und Diversität statt. Dies wird im unterrichtlichen und sportlichen Handeln sichtbar und kann aus gesellschaftspolitischen Perspektiven reflektiert werden (Kommunikationsprozesse und -strukturen, gruppenspezifische Themen wie Macht, Führen und Folgen, Umgang mit Diversität, Inklusion und Exklusion, Ökologie, Demokratiebildung).^{8, 11}

Kompetenzmodell und Kompetenzbereiche (1. bis 4. Klasse):

Der Lehrplan der Sekundarstufe I basiert auf einem übergeordneten Bildungsstandard mit einem zweidimensionalen Kompetenzmodell für Bewegung und Sport. Dieses hat die Form einer Matrix: Die erste Achse stellt die vier Handlungsdimensionen dar. Die zweite Achse umfasst die Inhaltsdimensionen, wobei sich diese auf die konkreten Schulsportarten sowie die Sinndimensionen des Sporttreibens (Grundlagen, Spielen, Leisten, Darstellen und Gestalten, Gesundheit und Erlebnis) beziehen.

Die vier Handlungsdimensionen des Kompetenzmodells sind:

FACHKOMPETENZ: bedeutet, sensomotorische Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie fachbezogenes Wissen in unterschiedlichen Sportarten und Bewegungshandlungen anwenden sowie auf neue Aufgaben transferieren und motorische Aufgabenlösungen reflektieren zu können.

METHODENKOMPETENZ: umfasst das Wissen und Interesse, bewegungs- und sportbezogene Lernprozesse und Lernarrangements („Lernen lernen“)¹⁰ zu verstehen, zu planen, zu organisieren, durchzuführen und auszuwerten.²

SOZIALKOMPETENZ: bezieht sich auf das Wissen und die Bereitschaft, das eigene Handeln in Gruppen und soziale Interaktionsmuster im Sport bewusst wahrzunehmen, zu beeinflussen, mit zu gestalten und zu reflektieren.^{1,2}

SELBSTKOMPETENZ: inkludiert das Wissen und die Bereitschaft, sich mit persönlichen Erlebnissen und Erfahrungen in unterschiedlichen Bewegungsbereichen auseinander-zu-setzen, deren Bedeutung für sich selbst zu erschließen und in ein entwicklungsförderliches Selbstkonzept einzubinden (Gesamtbild der eigenen Persönlichkeit).²

Kompetenzbeschreibungen und Anwendungsbereiche, Lehrstoff (1. bis 4. Klasse):

1. bis 4. klassenübergreifende Fachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihre individuellen koordinativen und konditionellen Fähigkeiten und Fertigkeiten in unterschiedlichen Situationen altersadäquat zeigen.

1. Klasse:

Kompetenzbereich Fachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- im Rahmen kleiner Bewegungs- und Sportspiele grundlegende Spielfähigkeiten und Spielfertigkeiten in den Bereichen Technik, Taktik und Anwenden von Regeln demonstrieren und Wissen dazu wiedergeben.
- grundlegende Bewegungsfertigkeiten in den Bereichen Laufen, Springen, Werfen/Stoßen ausführen und Technikmerkmale beschreiben.
- grundlegende rhythmische und kreative Bewegungen in den Bereichen Gymnastik, Tanz und Bewegungskünste ausführen.⁸
- grundlegende Gewandtheit in Zweikämpfen/Selbstverteidigung umsetzen.
- turnerische Grundfertigkeiten in vielfältigen Bewegungssituationen ausführen und beschreiben.

Anwendungsbereiche

Bewegungs- und Sportspiele

- Spielobjekte annehmen, zuspieren und führen sowie damit ein Ziel treffen (Technik).
- Bewegungen von Mitspielerinnen und Mitspielern erkennen und darauf reagieren (Taktik).

Gymnastik, Tanz und Bewegungskünste

- Rhythmen erkennen und in Bewegung umsetzen sowie vorgegebene Bewegungen rhythmisch nachmachen.
- sich durch einfache Tanzformen und Bewegungskünste ausdrücken.

Zweikämpfe/Selbstverteidigung

- Körperkräfte und deren Wirkung (Macht und Gewalt) erkennen.
- Grenzen erkennen und setzen; Stopp-Signale setzen und beachten.¹²

turnerische Grundfertigkeiten

- vielfältige Bewegungsformen am Boden und an Geräten umsetzen: stützen, hangeln, klettern, schaukeln, schwingen, rollen, drehen, balancieren.
- beidbeinig von einem Sprunggerät abspringen.

Kompetenzbereich Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- wesentliche Kriterien und Rahmenbedingungen für das sportliche Üben und Trainieren benennen.

Anwendungsbereiche

- wesentliche Bewegungsmerkmale ausgewählter sportlicher Bewegungen beschreiben (Bewegungslernen).¹⁰
- Turngeräte sicher nutzen sowie Gefahrenquellen und Sicherheitsmaßnahmen nennen (Sicherheit).
- die Bedeutung von Hygiene und zweckmäßiger Ausrüstung für die sportliche Tätigkeit erklären (Gesundheit).

Kompetenzbereich Sozialkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- in Kleingruppen situationsadäquat und zielorientiert kommunizieren und kooperieren.

Anwendungsbereiche

- Gruppenregeln verstehen, kommunizieren, vereinbaren und überprüfen.
- persönliches Verhalten in (Klein-) Gruppen auf allgemeiner Ebene wahrnehmen und beschreiben.
- grundlegende Aspekte von Kommunikationsprozessen in Gruppen nennen (ua.: Wie wird miteinander gesprochen? Wie wird zugehört? Auf wen wird reagiert?).⁵

Kompetenzbereich Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Körper und die eigene körperliche Leistungsfähigkeit wahrnehmen.

Anwendungsbereiche

- körperliche Abläufe wie Anstrengung – Ermüdung – Erholung und konditionelle Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, ...) wahrnehmen und das Körpererleben in einfacher Weise versprachlichen.

2. Klasse:

Kompetenzbereich Fachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Spielfähigkeiten und Spielfertigkeiten im Rahmen von Bewegungs- und Sportspielen in den Bereichen Technik, Taktik und Anwenden von Regeln im Spiel demonstrieren.
- Grundtechniken leichtathletischer Disziplinen ausführen sowie grundlegende Bewegungsmerkmale beschreiben.
- einfache Grundelemente gestalterischer Bewegungsformen in den Bereichen Gymnastik, Tanz und Bewegungskünste ausführen.
- einfache Techniken in Kampfformen/bei der Selbstverteidigung anwenden.
- turnerische Grundfertigkeiten an verschiedenen Geräten und am Boden in vielfältigen Bewegungssituationen demonstrieren und in ihren Grundlagen beschreiben.
- einfache sportartspezifische Techniken mit einem gleitenden Sportgerät sicher anwenden. *(Diese Kompetenz kann auf Beschluss des SGA auch auf eine andere Klasse der Sekundarstufe I verlegt werden.)*
- sicher ins Wasser springen, tauchen und in zwei Schwimmlagen in der Grobform schwimmen sowie Bewegungsmerkmale beschreiben und Baderegeln wiedergeben. *(Diese Kompetenz kann auf Beschluss des SGA auch auf eine andere Klasse der Sekundarstufe I verlegt werden.)*

Anwendungsbereiche

Bewegungs- und Sportspiele

- Spielobjekte in Bewegung annehmen, zuspieren, führen und damit ein Ziel treffen (Technik).
- Spielpositionen einnehmen, Zuspiermöglichkeiten erkennen (Taktik).

leichtathletische Disziplinen

- aus verschiedenen Positionen starten und kurze Strecken sprinten sowie das Alter in Minuten gleichmäßig laufen.
- den Anlauf in weite/hohe Sprünge mit linkem und rechtem Bein umsetzen.
- Gegenstände mit Dreischritt-Anlauftechnik weit werfen.

Gymnastik, Tanz und Bewegungskünste

- gymnastische Elemente mit Geräten ausführen.
- einfache Tanzelemente variieren und kombinieren.

Selbstverteidigung

- einfache Elemente der Selbstverteidigung sowie nonverbale und verbale Signale kennen und deren Wirkung reflektieren.

turnerische Grundfertigkeiten

- an verschiedenen Geräten/am Boden rollen, drehen, klettern, stützen sowie auf labilen Geräten balancieren.
- Sprungbewegungen ausführen und sicher landen.

Kompetenzbereich Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- wesentliche Kriterien und Rahmenbedingungen für das sportliche Handeln erklären.¹⁰

Anwendungsbereiche

- Wissen über Bewegungsmerkmale anwenden, um Mitschülerinnen und Mitschüler in Lernprozessen zu unterstützen (Bewegungslernen).
- Gefahren und Gefahrensituationen erkennen, begründen sowie Sicherheitsmaßnahmen verstehen (Sicherheit).
- funktionelle und gesundheitsförderliche Bewegungsmuster vorzeigen und erklären, (Alltags-) Bewegungen funktionell und anatomisch richtig ausführen (Gesundheit).
- Grundsätze der Hygiene und Körperpflege beachten (Gesundheit).
- einfache organisatorische Aufgaben übernehmen (Organisation).

Kompetenzbereich Sozialkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- faires und nicht faires Verhalten differenzieren und sich selbst fair verhalten.^{5,7}

Anwendungsbereiche

- an Verhaltensvereinbarungen mitwirken, diese überprüfen und Abweichungen lernwirksam benennen.
- Gruppenziele in kleinen Gruppen definieren.²
- eigene Regelverstöße erkennen und Konsequenzen akzeptieren.

Kompetenzbereich Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- die eigene sportliche Leistungsfähigkeit in Bezug auf sportliche Anforderungen wahrnehmen und im Hinblick auf weitere sportliche Entwicklungen realistisch einschätzen.

Anwendungsbereiche

- geeignete individuelle Ziele setzen sowie Kriterien zur Zielerreichung festlegen.²
- die Anteile von Anstrengung, eigenen Fähigkeiten sowie äußeren Einflüssen (ua. erlebte Sicherheit in der Klassengemeinschaft) an der Zielerreichung erkennen und für Motivation und Lernen nutzen.

3. Klasse:

Kompetenzbereich Fachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- erweiterte Spielfähigkeiten und Spielfertigkeiten in den Bereichen Technik und Taktik im Rahmen von vereinfachten Sport- und Rückschlagspielen demonstrieren und regelkonform anwenden.
- ihr individuell gesetztes technisches Fertigkeiteniveau in den leichtathletischen Disziplinen Lauf, Sprung und Wurf erreichen und einfache Prinzipien des Übens und Trainierens nennen.
- einfache Bewegungsfolgen in den Bereichen Gymnastik, Akrobatik, Tanz und Bewegungskünste erfinden und gestalten.
- in kleinen Kämpfen/bei der Selbstverteidigung einfache technische und taktische Elemente einsetzen sowie vereinbarte Regeln einhalten.

- am Boden und an Geräten (Barren, Reck, Kasten, Schwebebalken, Ringe) Turnelemente ausführen, sensorisches Feedback nutzen und anhand von Bewegungsmerkmalen anderen Rückmeldung geben.
- einfache sportartspezifische Techniken mit einem rollenden Sportgerät sicher anwenden und auf Sicherheit und Gefahren achten.¹² (Diese Kompetenz kann auf Beschluss des SGA auch auf eine andere Klasse der Sekundarstufe I verlegt werden.)

Anwendungsbereiche

Sport- und Rückschlagspiele

- in Rückschlagspielen das Spielobjekt im Spiel halten (annehmen, zuspielen, führen und ein Ziel treffen) (Technik).
- individual- und gruppentaktische Grundlagen (freilaufen, anbieten, formieren, ...) im Spiel kennen, anwenden und reflektieren (Taktik).

Kompetenzbereich Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- wesentliche Kriterien und Rahmenbedingungen im sportlichen Handeln berücksichtigen und nutzen.

Anwendungsbereiche

- wesentliche Merkmale der eigenen Bewegungsausführung und der Bewegung anderer wahrnehmen, beschreiben und die Information für Lernprozesse nutzen (Bewegungslernen).¹⁰
- bei Bewegungsausführungen sichern und Hilfestellungen anwenden, die das Erlernen von Bewegungen unterstützen (Sicherheit und Lernen).
- Auswirkungen von sportlicher Belastung und Erholung auf den Körper beschreiben (Gesundheit).
- organisatorische Aufgaben verstehen und übernehmen (Organisation).²

Kompetenzbereich Sozialkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eigene Meinungen und Interessen einbringen sowie die von anderen wahrnehmen und sich damit auseinandersetzen.^{5, 8}

Anwendungsbereiche

- Positionen in Sportspielen (Gruppen- und Teamtaktik) und Funktionen in Gruppen (Schiedsrichter/in, Trainer/in, Kapitän/in, ...) wahrnehmen und reflektieren.
- Rollen in Gruppen erkennen, Schülerinnen und Schülern sowie Gruppen in sozial passender Weise Feedback geben und ein solches selbst annehmen.

Kompetenzbereich Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- eigene Emotionen wahrnehmen und regulieren.

Anwendungsbereiche

- Emotionen anderer Schülerinnen und Schüler im sportlichen Handeln einschätzen können und sich dazu in Beziehung setzen.

4. Klasse:

Kompetenzbereich Fachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- erweiterte Spielfähigkeiten und Spielfertigkeiten in den Bereichen Technik und Taktik unter Wettkampf/Leistungsbedingungen in einem Sport- und einem Rückschlagspiel unter Einhaltung der Regeln demonstrieren.
- im Rahmen der Teilnahme an einem leichtathletischen Mehrkampf die individuell optimale Leistung erbringen sowie Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten kennen, beobachten und anderen rückmelden.
- einfache Bewegungsfolgen in Gymnastik, Akrobatik, Tanz und Bewegungskünste verbinden und präsentieren.
- einfache Abwehr- und Befreiungstechniken und -taktiken in kleinen Kämpfen, bei der Selbstverteidigung und im Kampfsport regelgerecht und fair anwenden.

- Übungsverbindungen am Boden und an Geräten aus dem Turn 10 auf technisch grundlegendem Niveau in gebundenen und offenen Formen ausführen sowie anhand von Prinzipien der Bewegungslehre beschreiben und reflektieren.

Kompetenzbereich Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- wesentliche Kriterien und Rahmenbedingungen für das sportliche Handeln bewerten.

Anwendungsbereiche

- die Qualität von Bewegungsausführungen nach vorgegebenen Kriterien beobachten, bewerten sowie Methoden zur Verbesserung kennen und anwenden (Bewegungslernen).
- angemessene Sicherheitsmaßnahmen vorausschauend treffen und sachgerecht umsetzen (Sicherheit).
- geeignete Übungen zur Dehnung, Kräftigung und Mobilisation auswählen und korrekt ausführen (Gesundheit).
- Bei der Wettkampfordnung und -durchführung wesentliche Aufgaben übernehmen (Organisation).²

Kompetenzbereich Sozialkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- gruppendynamische Prozesse in der Grundstruktur erkennen, beschreiben und bewusst mitgestalten sowie Machtverhältnisse reflektieren.^{5,7}

Anwendungsbereiche

- eigene Interessen bei Entscheidungsprozessen beschreiben.
- in Aufgabenstellungen die unterschiedlichen Kompetenzen der Gruppenmitglieder benennen und nutzen.

Kompetenzbereich Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können

- körperlicher Aktivität und Sport einen persönlichen Sinn geben.

Anwendungsbereiche

- eigene Bewegungsvorlieben erkennen.
- Anstrengungsbereitschaft und Anstrengungsrealisierung reflektieren.
- Bewegung- und Sportmöglichkeiten außerhalb der Schule erkunden und im Hinblick auf individuelle Interessen überprüfen.¹²

¹ Bildungs-, Berufs- und Lebensorientierung	² Entrepreneurship Education	³ Gesundheitsförderung
⁴ Informatische Bildung	⁵ Interkulturelle Bildung	⁶ Medienbildung
⁷ Politische Bildung	⁸ Reflexive Geschlechterpädagogik und Gleichstellung	⁹ Sexualpädagogik
¹⁰ Sprachliche Bildung und Lesen	¹¹ Umweltbildung für nachhaltige Entwicklung	¹² Verkehrs- und Mobilitätsbildung
¹³ Wirtschafts-, Finanz- und Verbraucher/innenbildung		