



Landesinstitut für Schule

Lehrplan
Sport/Gesundheitsförderung
in den Bildungsgängen des Berufsgrund-
schuljahres und der Berufsfachschule

ENTWURF

Inhalt	Seite
1 Bildungsgangbezogene Rahmenbedingungen	3
2 Kompetenzentwicklung im Rahmen von Kompetenzbereichen	6
3 Konkretisierung der Kompetenzentwicklung in Unterrichtsvorhaben	11
4 Gestaltung des Unterrichts	35
5 Leistungsbewertung	38

1 Bildungsgangbezogene Rahmenbedingungen

Der rechtliche Rahmen für das Fach Sport/Gesundheitsförderung

Nach den Vorgaben der APO-BK ist das Fach Sport/Gesundheitsförderung in den Bildungsgängen des Berufsgrundschuljahres und der zweijährigen Berufsfachschule gemäß Anlage B ein Pflichtfach des berufsübergreifenden Lernbereichs. Es hat zum Erwerb einer beruflichen Grundbildung und zur allgemeinen Kompetenzentwicklung beizutragen. Das bedeutet, das Fach Sport/Gesundheitsförderung trägt genauso zur Vermittlung einer beruflichen Grundbildung in Berufsfeldern, wie auch zum Erwerb eines gleichwertigen Abschlusses der Sekundarstufe I (FOR) bei und setzt Impulse zur Weiterführung der Persönlichkeitsentwicklung.

Die erweiterte Fachbezeichnung Sport/Gesundheitsförderung verpflichtet, die Gesundheitsförderung in den Sportunterricht zu integrieren.

Die für alle Schulstufen und Schulformen geltenden Rahmenvorgaben für den Schulsport¹ in Nordrhein-Westfalen erfahren eine bildungsgangbezogene Akzentuierung. Der hier beschriebene Doppelauftrag des Schulsports geht von einem Sportverständnis aus, das für verschiedene Perspektiven, die zu sinnerfülltem Sporttreiben führen, offen ist. Sporttreiben wird in seiner Mehrperspektivität angenommen und so genutzt, dass in allen Inhaltsbereichen mit unterschiedlichen Zugängen Kompetenzen entwickelt werden können. Damit werden auch Wege eröffnet, den Sportunterricht in die privaten, berufsbezogenen und gesellschaftlichen Bezüge der Schülerinnen und Schüler zu stellen.

Zur Lebens- und Schulsituation der Schülerinnen und Schüler

Mit dem Übergang der Schülerinnen und Schüler von den Schulen der Sek. I in die Bildungsgänge Berufsgrundschuljahr und Berufsfachschule vollzieht sich für sie auch ein schulischer Perspektivenwechsel. Berufliche Bildungsinhalte bestimmen nunmehr das Lernen an unterschiedlichen Lernorten. Durch die Wahl des Berufsfeldes treffen die Schülerinnen und Schüler oft eine Vorentscheidung für die zukünftige berufliche Tätigkeit. Sie erleben z. T. erstmalig ihre berufspraktische Geschicklichkeit und persönliche Eignung.

Die unterschiedlichen Bildungsabschlüsse, Interessenlagen und Biografien der Schülerinnen und Schüler führen zu heterogenen Lerngruppen. Die Schülerschaft setzt sich aus verschiedenen ethnischen Gruppen zusammen, wobei Sprache, Kultur und politische Überzeugungen und Traditionen für den Unterricht bedeutsam sein können.

Für einen Teil der Schülerinnen und Schüler ist die berufliche Grundbildung wesentliches Ziel hinsichtlich eines angestrebten Ausbildungsberufes, für einen anderen Teil ist der allgemein bildende Abschluss im Hinblick auf eine Fortsetzung ihrer Schullaufbahn bedeutsamer. Für weitere stellt der Bildungsgang einen Übergang bis zum Erhalt eines Ausbildungsangebotes, das Erreichen der Volljährigkeit oder bis zur Erfüllung der Berufsschulpflicht dar.

¹ Die Rahmenvorgaben sind unter www.schulsport-nrw.de zu finden.

Die schulischen und individuellen Vorerfahrungen der Schülerinnen und Schüler sind in vielen Fällen durch negative Erfahrungen in Privatleben und Schule gekennzeichnet. Häufig sind die Biografien der Schülerinnen und Schüler geprägt von wechselnden sozialen Bindungen und Orientierungen, wodurch die individuelle Lebenseinstellung der Jugendlichen nachhaltig beeinflusst sein kann. Die Jugendlichen erfahren in unterschiedlicher Weise Unterstützung durch das Elternhaus und haben unterschiedliche familiäre Hintergründe, Zusammenhänge und Bindungen. Aufgrund der verschiedenen Erfahrungen kann das Selbstwertgefühl der Jugendlichen zu wenig entwickelt sein. Die in der bisherigen Schullaufbahn erworbenen Human-, Sozial- und Fachkompetenzen können sehr unterschiedlich ausgeprägt sein.

Die körperliche Verfassung der Schülerinnen und Schüler ist sehr oft beeinflusst von fehlenden Bewegungsanreizen, zum Teil einseitigen Bewegungserfahrungen und zum Teil gering ausgeprägter Bewegungsmotivation. Ein unkritisches Ernährungsverhalten bis hin zu Essstörungen ist feststellbar. Zu beobachten ist auch in einigen Fällen eine Zuwendung zu Rausch- und Suchtmitteln sowie ein unkritischer Medikamentengebrauch. Das Sportverständnis der Schülerinnen und Schüler orientiert sich häufig am Freizeitsport kommerzieller Anbieter, am Leistungssport im Verein oder an selbstorganisierten Trendsportarten. Feststellbar ist aber auch das Phänomen der Sportfrustration bis hin zur Sportabstinenz.

Diese unterschiedlichen Lernvoraussetzungen haben Konsequenzen für die individuelle Förderung, wodurch für jede Unterrichtsplanung eine Analyse der jeweiligen Ausgangsbedingungen unverzichtbar wird.

Allgemeine Aufgaben und Ziele des Faches Sport/Gesundheitsförderung

Die allgemeinen Aussagen zur Bildungs- und Erziehungsarbeit im Berufskolleg mit den speziellen Zielformulierungen setzen Rahmenbedingungen, die aufzeigen, wie das Fach Sport/Gesundheitsförderung seine Inhalte fachspezifisch, lernbereichsbezogen und lernbereichsübergreifend in die Bildungsgänge Berufsgrundschuljahr und Berufsfachschule einbringen kann.

Sport/Gesundheitsförderung leistet in diesem Kontext als Fach des berufsübergreifenden Bereichs einen eigenständigen Beitrag: Bewegung, Spiel und Sport eröffnen spezifische Erfahrungen und Lernmöglichkeiten und bieten sich an als Feld des Probedhandelns für die Entwicklung von Arbeits- und Ausbildungsfähigkeit. So weist das Fach Sport/Gesundheitsförderung differenziert Kompetenzbereiche aus, die im Kontext der Bildungsgänge Berufsgrundschuljahr und Berufsfachschule zur Entfaltung und Förderung insbesondere der gesellschaftlichen und personalen Handlungskompetenz beitragen. Die Gesundheitsförderung ist, entsprechend dem umfassenden Gesundheitsverständnis der WHO, in diese Kompetenzbereiche integriert.

Das Unterrichtsfach Sport/Gesundheitsförderung setzt, ausgehend von den persönlichen Bezügen der Schülerinnen und Schüler zu Bewegung, Spiel und Sport, neue Impulse zu einer bewegungsorientierten, gesundheitsförderlichen Lebensweise in Alltag und Beruf/Arbeitswelt. Deshalb muss Gesundheitsförderung so beschaffen sein, dass sie in allen Handlungszusammenhängen den Blick des Menschen auf Faktoren richtet,

- die seine Gesundheit stärken,
- die es ihm ermöglichen, eigenes Können und eigene Fähigkeiten zu erleben,

- die Freiräume zu selbstbestimmtem Handeln in sozialer Verantwortung ebenso vermitteln wie das Gefühl sozialer Einbindung.

So wird eine ganzheitliche Förderung der Persönlichkeit nachhaltig unterstützt und gestärkt und neue Aspekte der Entwicklung werden angestoßen.

Gesundheitsförderung wird damit zu einer überfachlichen Aufgabe, die im Unterricht des Faches Sport/Gesundheitsförderung zwar in besonderer Weise, aber dort nicht allein gelöst werden kann. Über Initiativen des Faches Sport/Gesundheitsförderung soll deshalb die Gesundheitsförderung auch im Unterricht anderer Fächer und im Schulprogramm zum Thema werden. Bewegung, Spiel und Sport bieten besondere Möglichkeiten, zur Gestaltung des Schullebens und der Öffnung von Schule beizutragen, z. B. durch Kooperation mit außerschulischen Partnern, Etablierung von Sportinitiativen und die Durchführung von Gesundheitstagen für alle am Schulleben Beteiligten.

Mit dem Auftrag, die gesundheitsförderlichen Ressourcen der Schülerinnen und Schüler auszubilden und zu stärken, sind drei zentrale Aufgaben verbunden:

- **Stärken und Fördern:** Physische, psychische und personale Faktoren wie Freude, Zufriedenheit, Glück, Erfolg, Bewegung, Entspannung, Entlastung und Ausgleich bewegungsorientiert thematisieren, um das innere und äußere Wohlbefinden sowie das psychophysische Gleichgewicht der Schülerinnen und Schüler zu sichern und zu stützen.
- **Ausgleichen:** Alltags- und arbeitsbedingte Beanspruchungen und Beanspruchungssituationen bewegungsorientiert thematisieren und analysieren, um gesundheitsförderliche Lebensweisen in ihrem Bezug zu Alltags- und Arbeitssituationen der Schülerinnen und Schüler anzustoßen und zu entwickeln.
- **Befähigen:** Personale und soziale Handlungskompetenzen mit den Mitteln von Sport, Spiel und Bewegung aufgreifen und entfalten, um Selbstbild, Selbstverständnis und Selbststeuerung der einzelnen Schülerin/des einzelnen Schülers bewusst zu machen und zu fördern.

Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler sind so in Handlungszusammenhänge einzubinden, dass sie stets zu verstehen und zu bewältigen sind sowie als sinnvoll erfahren werden können.

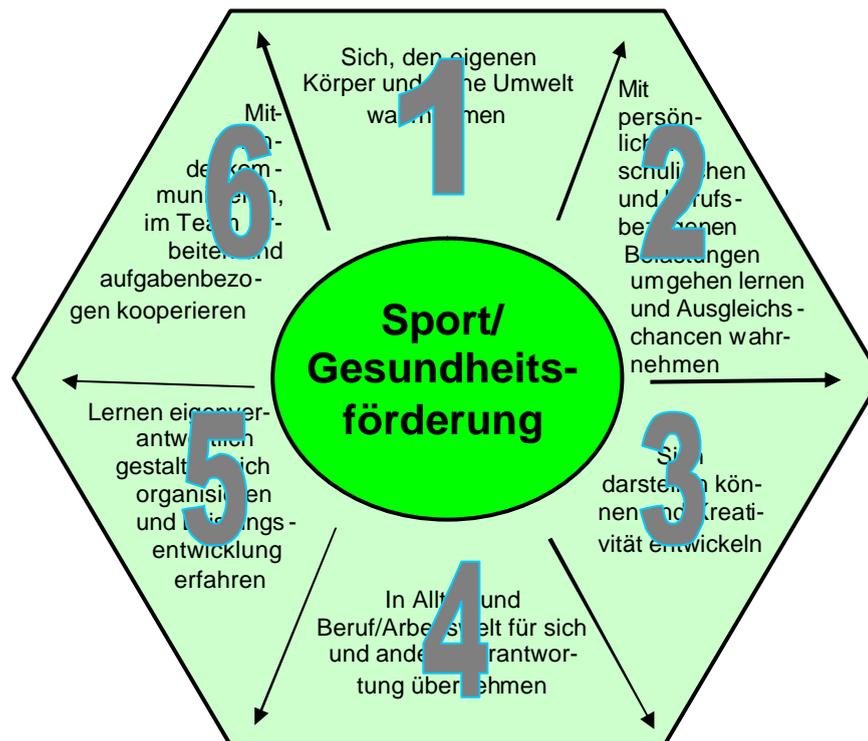
Bewegung, Spiel und Sport soll Erfahrungsräume öffnen, in denen die eigene Leistungsfähigkeit erlebt werden kann, Maßnahmen zur Förderung der eigenen Leistungsfähigkeit erarbeitet und eingeübt werden, auch um sie auf ihre Übertragbarkeit für andere Lebenszusammenhänge zu befragen. Hier werden Fähigkeiten wie **Selbstorganisation, Leistungsbereitschaft und Entscheidungsfähigkeit** thematisiert.

Der Sportunterricht bietet ein Feld der Begegnung und Kommunikation, in dem durch Erfahrung und Reflexion **Kommunikationsfähigkeit, Kooperationsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Integrationsfähigkeit, Selbst- und Fremdeinschätzung und die Präsentationsfähigkeit** weiter entwickelt werden können.

Er bietet Gelegenheiten, Fähigkeiten wie **Lernbereitschaft, Durchhaltevermögen, und Konzentrationsfähigkeit** zu fördern.

2 Kompetenzentwicklung im Rahmen von Kompetenzbereichen

Im Kontext der dargestellten Rahmenbedingungen wird das Fach Sport/Gesundheitsförderung unter Berücksichtigung der Lebensbezüge der Schülerinnen und Schüler neu gewichtet. Um zum Erwerb umfassender Handlungskompetenz gezielt und systematisch beitragen zu können, lassen sich in Anlehnung an die Pädagogischen Perspektiven bildungsgangbezogene Akzentuierungen in Form von sechs gleichwertigen und in der Reihenfolge unabhängigen Kompetenzbereichen darstellen.



Alle Kompetenzbereiche beinhalten eine gesundheitsförderliche Dimension. Sie umfasst grundlegende Kompetenzen und Erfahrungen, die im Sinne des umfassenden Verständnisses von Gesundheit in vielen Situationen und Bezügen des jeweiligen Kompetenzbereiches wirksam werden können. Die folgenden Beschreibungen der Kompetenzbereiche erläutern ihren thematischen Schwerpunkt und grenzen sie inhaltlich voneinander ab.

Kompetenzbereich 1:

Sich, den eigenen Körper und seine Umwelt wahrnehmen

In diesem Kompetenzbereich wird die Wahrnehmung von Körperlichkeit als Grundvoraussetzung reflektierten und verantwortungsvollen Handelns sowie gesundheitsbewusster Lebensweise thematisiert. Dabei werden Konzentrationsfähigkeit und die Selbst- und Fremdeinschätzung entwickelt.

Die Schülerinnen und Schüler trainieren die differenzierte Wahrnehmung sowohl verschiedener Befindlichkeiten und Ausdrucksformen des Körpers als auch der Umwelt, in der sie sich bewegen. Selbst- und Fremdbeobachtungen sowie Selbst- und Fremdeinschätzungen werden miteinander verglichen, um sich einer realitätsgerechten Wahrnehmung und Interpretation möglichst weitgehend anzunähern. Dabei erkennen die Schülerinnen und Schüler Wechselwirkungen zwischen Körper, Intellekt und Emotionalität sowie die Einheit der Person und sie lernen, sowohl mit Stärken als auch mit Schwächen und Handicaps so umzugehen, dass Selbstwertgefühl und Ich-Stärke gefördert werden.

Diese Erkenntnisse und Erfahrungen werden unter dem Aspekt der Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Sport ausgewertet und situationsgerecht angewendet. Damit legt der Sportunterricht Grundlagen für ein reflektiertes, sicherheits- und gesundheitsbewusstes Handeln und schafft Voraussetzungen für den Transfer auch in andere Lebensbereiche.

Kompetenzbereich 2:

Mit persönlichen, schulischen und berufsbezogenen Belastungen umgehen lernen und Ausgleichschancen wahrnehmen

Der Unterricht zielt in diesem Kompetenzbereich auf einen langfristig wirksamen Aufbau von Kompetenzen für ein verantwortungs- und gesundheitsbewusstes Handeln im Alltag und für ein selbstorganisiertes, gesundheitsgerechtes Sporttreiben in eigener Verantwortung. Insbesondere wird vor dem Hintergrund der speziellen Lebens- und Schulsituation der Schülerinnen und Schüler Bewegung, Spiel und Sport zur Kompensation von Belastungen im physischen, psycho-sozialen und emotionalen Bereich thematisiert.

Die Schülerinnen und Schüler werden angeregt und bestärkt, „ihren Sport“ zu finden bzw. zu pflegen, um alternative Freizeitinhalte zu entdecken, persönliches Wohlbefinden zu erleben und so ihre Lebensqualität bewusst zu sichern und zu steigern. Durch Erleben, Erproben und eigenverantwortliches Gestalten von Bewegungen und Spielen miteinander sollen die Schülerinnen und Schüler Möglichkeiten erfahren, sich im privaten wie auch schulischen Umfeld zu behaupten oder es sinnhaft mitzugestalten. Dies beinhaltet den angemessenen Umgang mit alltäglichen Belastungen, Gefährdungen und Misserfolgen sowie die Verbesserung des eigenen körperlichen Befindens und die Förderung gesundheitsgerechten Handelns. Sie lernen physische wie auch psychische Spannungen und ihre körperlichen Ausprägungen wahrzunehmen und auszuagieren, Möglichkeiten der Stressreduktion und Entspannung zur Bewältigung und Rhythmisierung des Alltags bewusst anzuwenden.

Mit Hilfe erfahrener Erfolgserlebnisse, z. B. durch das Erreichen selbst gesetzter Ziele, sollen die Jugendlichen die eigene Wertschätzung steigern, genauso wie sie der Leistung anderer Akzeptanz und Anerkennung zu Teil werden lassen. Es werden somit Grundlagen gelegt für die Integration und Pflege sportlicher Aktivitäten als fester Bestandteil der eigenen gesundheitsbewussten Lebensführung.

Kompetenzbereich 3:

Sich darstellen können und Kreativität entwickeln

Dieser Kompetenzbereich thematisiert einerseits den Zusammenhang zwischen sportlicher Betätigung und Körperausdruck und andererseits Zusammenhänge zwischen regelgeleitetem und innovativ-kreativem Handeln. Dabei werden in besonderer Weise Präsentationsfähigkeit und Kreativität entwickelt.

Die Fähigkeit zum Körperausdruck und zur Präsentation von Ergebnissen ist bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen für die Entwicklung der Persönlichkeit von großer Bedeutung. So lernen die Schülerinnen und Schüler, Sprache, Musik und Rhythmus kreativ improvisierend in Bewegung umzusetzen, Spiele neu zu entdecken und zu gestalten und Arbeitsergebnisse alleine und in Gruppen darzustellen. Die in diesem Prozess gewonnenen Erfahrungen und Einsichten tragen zur Fähigkeit der Jugendlichen bei, sich selbstbestimmt situationsgerecht und authentisch in Handlungssituationen anderer Kontexte einzubringen und Umweltbedingungen auf Änderungsmöglichkeiten zu durchleuchten. Hierzu gehören auch die dem Alter der Jugendlichen entsprechende kritische Auseinandersetzung mit zeittypischen Erscheinungsformen des Körperempfindens, der Körperhaltung und der Körpersprache und eine fundierte Thematisierung kultur- und geschlechtsspezifischer Unterschiede im Umgang mit der Körperlichkeit.

Damit werden Erfahrungsräume zugänglich, die im Sinne der Gesundheitsförderung Selbstwert und Selbstbewusstsein stärken.

Kompetenzbereich 4:

In Alltag, Beruf und Arbeitswelt für sich und andere Verantwortung übernehmen

In diesem Kompetenzbereich werden Aufgaben und Situationen aufgegriffen, deren Verlauf, Ausgang und erfolgreiche Bewältigung nicht eindeutig vorhersehbar sind. Ziel ist es, die mit Wagnissituationen verbundenen Entscheidungsprozesse bewusst zu machen, sie verantwortungsbewusst zu gestalten und zwischen Anreiz, Erfolg, möglichen Risiken sowie Folgen für sich und andere abzuwägen.

Im Sinne der Gesundheits- und Sicherheitsförderung erhalten die Schülerinnen und Schüler Einblicke in allgemeine und gesundheitliche Gefahren und Bewegungsrisiken des Sporttreibens. Neben prickelnder Spannung und lustvollem Genießen gelungener Handlungen vermitteln Wagnissituationen stets aufs Neue die Erfahrung eigener Fähigkeiten und Grenzen. Durch zunehmend bewussteres und umsichtigeres Abwägen der Risiken in Wagnissituationen entwickeln Schülerinnen und Schüler ihre Fähigkeit zur realistischen Einschätzung eigener Möglichkeiten und Grenzen weiter. Die realistische Selbsteinschätzung wird erweitert durch die Auseinandersetzung mit Fremdeinschätzungen. Auf diesen Grundlagen wird der respektvolle und

faire Umgang miteinander weiterentwickelt, um die Toleranz der Schülerinnen und Schüler im Umgang miteinander zu fördern und andere mit ihren Eigenheiten zu akzeptieren.

In unmittelbarer Verknüpfung praktischer Erfahrung und deren Reflexion erwerben sie Fertigkeiten und Fähigkeiten, die zur Gesundheit und Sicherheit in Situationen alltäglichen und auch berufsbezogenen Handelns beitragen.

Kompetenzbereich 5:

Lernen eigenverantwortlich gestalten, sich organisieren und Leistungsentwicklung erfahren

In diesem Kompetenzbereich wird Lernen und Leisten an Hand der Bewältigung einer Aufgabe thematisiert, wobei die Gestaltung von Übungs- und Lernprozessen genauso angesprochen wird wie unterschiedliche Motive, sich einer Aufgabe zu widmen und diese erfolgreich abzuschließen. Dabei wird insbesondere der Erfolg in Zusammenhang mit Konzentration und Durchhaltevermögen gebracht.

Durch die differenzierte Gestaltung von Lernprozessen wird den Schülerinnen und Schülern zu individuellen Erfolgserlebnissen verholfen. Die mit dem Erfolg verbundene Freude hat positive Auswirkungen auf die Lernbereitschaft. Das Erfahren verschiedener motorischer Lernformen befähigt die Schülerinnen und Schüler, die Unterrichtsziele und den Unterrichtsverlauf mit zu bestimmen, indem sie eigene Ziele formulieren bzw. im Lernprozess Lernhilfen von der Lehrkraft oder den Mitschülerinnen und -schülern zulassen oder einfordern. Verbunden mit einer zunehmend bewussteren Mitgestaltung des Lernprozesses verbessern die Schülerinnen und Schüler ihre Fähigkeiten zur realistischen Selbsteinschätzung.

Im Sinne der Gesundheitsförderung führen die positiven Erfahrungen im motorischen Lern- und Übungsprozess zu Stärkung der Selbstmotivation, des Selbstwertgefühls und des Selbstbewusstseins. Somit eröffnen sich den Jugendlichen Perspektiven auf ein selbstgesteuertes, erfolgsorientiertes und freudvolles Lernen sowie Voraussetzungen für den Transfer ihrer positiven Erfahrungen auf andere Lernprozesse.

Kompetenzbereich 6:

Miteinander kommunizieren, im Team arbeiten und aufgabenbezogen kooperieren

In diesem Kompetenzbereich sollen Prozesse der Kommunikation, Kooperation und Integration in Spielen miteinander und gegeneinander, in darstellenden Sportarten und Wettkämpfen thematisiert werden, um eine Akzeptanz für Ideen der Mitschülerinnen und -schüler zu schaffen und so die Integration in den Klassenverband zu erleichtern. Kooperative Spiele oder zu erlernende neue Fertigkeiten bieten Möglichkeiten, die Toleranz der Schülerinnen und Schüler im Umgang miteinander zu fördern und andere mit ihren spezifischen Eigenschaften zu akzeptieren.

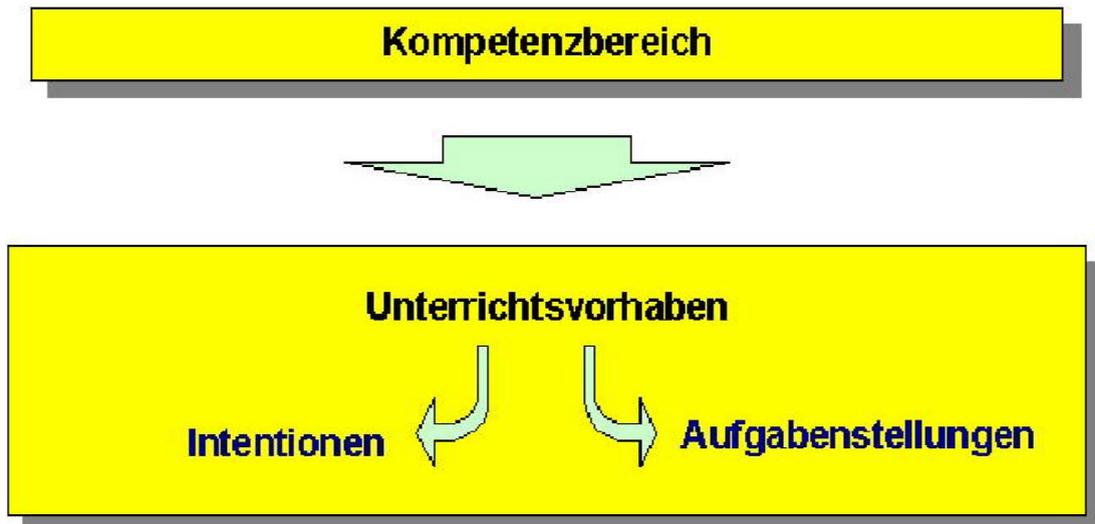
Die Schülerinnen und Schüler sollen verbale und nonverbale Informationen geben und verstehen. Sie lernen, klare Kommunikationsregeln und –zeichen zu vereinbaren und in sportlichen Situationen anzuwenden. Darüber hinaus werden Handlungsalternativen zu ihrer bisherigen Körpersprache erarbeitet. Das Abstimmen gemeinsamer

Ziele in sportlichen Situationen fördert das Verständnis für die einzelnen Teammitglieder, wobei das Zugehörigkeitsgefühl zu einer Gruppe und die Identifikation mit einem Team angestrebt wird. Das Annehmen einer Rolle im Team, das Einbringen der eigenen Stärken und das Akzeptieren der Schwächen anderer stärken das Ich-Gefühl der Schülerinnen und Schüler. Durch in der Gruppe zu lösende Aufgaben wird ein partnerschaftliches Kooperieren angestrebt, wobei Konfliktlösungsstrategien den Schülerinnen und Schülern Handlungsalternativen im Umgang miteinander eröffnen. Die Akzeptanz gemeinsam vereinbarter Regeln entwickelt ein kritisches Regelbewusstsein und fördert den Fairnessgedanken.

Die in diesem Kompetenzbereich erfahrenen Prozesse führen zu neu gewonnenen Perspektiven hinsichtlich der sozialen Einbindung und des sozialen Wohlbefindens in der Gruppe.

3 Konkretisierung der Kompetenzentwicklung in Unterrichtsvorhaben

Mit den sechs Kompetenzbereichen bringt sich das Fach Sport/Gesundheitsförderung in die pädagogischen Zielsetzungen des Berufsgrundschuljahres und der Berufsfachschule ein. Im Kontext der spezifischen Anforderungen dieser Bildungsgänge wird der Bildungsauftrag fachspezifisch konkretisiert. Die Zielsetzungen werden durch eine entsprechende Gewichtung und inhaltliche Ausrichtung der Kompetenzbereiche eingelöst und in Unterrichtsvorhaben umgesetzt.



Unter Unterrichtsvorhaben werden sowohl thematisch akzentuierte, zielgerichtete unterrichtliche Einheiten als auch fachgebundene oder fächerverbindende Unterrichtsprojekte verstanden. Sie verknüpfen eine intentionale mit einer inhaltlichen Seite, die die Aufgabenstellungen beschreibt und deren Umsetzung konkretisiert. Unterrichtsvorhaben umfassen in der Regel mehrere Unterrichtsstunden, wobei kleinere und größere Vorhaben möglich sind. Unterrichtsvorhaben müssen nicht zwingend in Blockform nacheinander realisiert werden, vielmehr kann es z. B. pädagogisch sinnvoll sein, zwei Unterrichtsvorhaben parallel laufen zu lassen oder Inhalte über einen längeren Zeitraum sukzessiv aufzugreifen. Für jedes Unterrichtsvorhaben legen die Rahmenvorgaben für den Schulsport zwei übergreifende Inhaltsbereiche als obligatorisch fest.

Der übergreifende Inhaltsbereich „*Wissen erwerben und Sport begreifen*“ wird unterschiedlich gewichtet in allen Phasen des Unterrichts angesprochen. Indem Unterrichtsprozesse reflektiert, unter Beteiligung der Schülerinnen und Schüler geplant oder mit Blick auf die Anforderungen in Alltag und Arbeitswelt ausgewertet werden, sind berufliche Bezüge und gesundheitsförderliche Wirkungen sportlicher Handlungssituationen durch die Vermittlung folgender Wissensbestände bewusst zu machen:

- Verständnis, Wirkungsweisen, Steuerungsmöglichkeiten und Bedeutung von motorischer und psychomotorischer Belastung und Beanspruchung (Stressregulation, positive Neubewertung von Handlungsverläufen und –ergebnissen),

- Grundlagen des Bewegungs- und Halteapparates, physiologische, unphysiologische Haltungen und Beanspruchungen, Möglichkeiten des Ausgleichs,
- Zusammenhänge von Leistungsentwicklung und Erhaltung der Leistungsfähigkeit, die Bedeutung und Gestaltung eines systematischen Wechsels von Belastung und Erholung,
- Ansatzpunkte und Inhalte auch außerschulischer Gesundheitsförderung,
- Wissensbestände, die berufsbezogen zur Qualifizierung im Sinne der Handlungskompetenz beitragen.

Ebenso obligatorisch für alle Unterrichtsvorhaben ist der zweite übergreifende Inhaltsbereich „*Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*“.

Die Konkretisierungen der Kompetenzbereiche setzen die Fachkompetenz, wie sie für den Abschluss der Sekundarstufe I vorgesehen ist, voraus. Diese Fachkompetenz, die sportlichen Fertigkeiten, Fähigkeiten und Kenntnisse sollen weiterentwickelt und zugleich mit sozialen und humanen Kompetenzen verbunden werden. Diese Sozial- und Humankompetenzen stehen bei den folgenden Konkretisierungen der Kompetenzbereiche im Vordergrund. Sie bilden den Schwerpunkt des Unterrichts in diesen Bildungsgängen.

Im Hinblick auf die Weiterentwicklung der Fachkompetenz wird eine Differenzierung und Individualisierung im Unterricht erforderlich sein: Hierzu gehört, sowohl frühere sportliche Misserfolge, Defizite, Vorurteile aufzuarbeiten und grundlegende Erfolgserlebnisse zu vermitteln, als auch die Persönlichkeitsentwicklung durch Anerkennung guter sportlicher Leistungen weiter zu fördern.

Die folgende Auswahl von Unterrichtsvorhaben veranschaulicht Möglichkeiten, wie Inhalte durch entsprechende Aufgabenstellungen zur Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler genutzt werden können. Jedes aufgeführte Unterrichtsvorhaben soll als Beispiel dienen und Anregungen zur Entwicklung eigener Vorhaben geben. Neben den vorgeschlagenen beispielhaften Inhaltsbereichen für Aufgabenstellungen können grundsätzlich in den dargestellten Unterrichtsvorhaben auch andere Inhaltsbereiche genutzt werden.

	<ul style="list-style-type: none">⇒ Mit Hilfe gezielter Anweisungen die Anspannung unterschiedlicher Muskelgruppen erlernen, Spannungszustände erfühlen, lokalisieren und beschreiben. <i>(Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)</i> ⇒ Entspannungsmethoden (z. B. progressive Muskelrelaxation) systematisch und gezielt anwenden. <i>(Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)</i>
--	--

Das Handeln und Verhalten anderer systematisch beobachten lernen, bewerten und Konsequenzen ableiten	
Intentionen	Aufgabenstellungen
<ul style="list-style-type: none"> • Partnerbeobachtung schärfen und gezielt für Bewegungsverbesserungen nutzen. • Spielbeobachtung entwickeln und gezielt zur Förderung individualtaktischen und rollengerechten Verhaltens einsetzen. • Gruppenbeobachtung einsetzen und zur Förderung der individuellen und gruppenbezogenen Zufriedenheit nutzen. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Mittels Signalworten, Bewegungsspezifika oder -beschreibungen Techniken in Partner- und Kleingruppenarbeit verbessern. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ Die Aufmerksamkeit auf Sequenzen einer Bewegung lenken, die für das Gelingen der gesamten Bewegung besondere Bedeutung haben. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ Fintieren und Täuschen des Partners antizipieren und angemessen reagieren. (<i>Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport; Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Die Anzahl von Ballkontakten, der An- und Abspiele sowie der Laufwege mit und ohne Ball ermitteln und Konsequenzen für das weitere Spiel ableiten. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Rollen im Spiel nach vereinbarten Kriterien verteilen, erproben und reflektieren. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Erfolge im Spiel durch Aufgabenverteilungen und Regeländerungen erzielen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>)

Die Umwelt bewusst wahrnehmen	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none">• Wahrnehmung und Orientierung in Zeit und Raum verbessern. • Natur erleben und die Erlebnisse unter Gesundheits- und Umweltaspekten reflektieren.	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Spielen unter veränderten Bedingungen z. B. verhängtes Netz, mehrere Bälle, andere Bälle, Zusatzaufgaben, eingeschränktes Sichtfeld. (<i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>) ⇒ Laufen/Spielen auf unterschiedlichen Untergründen/in unterschiedlicher Umgebung mit und ohne Schuhwerk. (<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik; das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>) ⇒ Einen Orientierungslauf durchführen. (<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>) ⇒ Ein Kletterangebot in natürlichem und künstlichem Umfeld ausprobieren und vergleichen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Bewegen und Spielen im, auf dem, über und unter Wasser. (<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>) ⇒ Winter- und Bergsport erleben und reflektieren. (<i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport</i>)

Die Aufmerksamkeit gezielt fördern	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none">• Die Lenkung der Aufmerksamkeit verbessern. • Die Konzentration als Hilfe zur korrekten Ausführung von Bewegungsvorgaben erfahren und einsetzen.	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Haltungsvorgaben beim Erlernen und Ausüben einfacher Bewegungen beachten und einhalten, z. B. Wasserspringen, Trampolin-Turnen, Tai-Chi, Akrobatik. (<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>) ⇒ Sprünge auf dem Trampolin kombinieren. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Festgelegte Schrittfolgen umsetzen. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Stand- und Bodentechniken in einer Kata lernen und ausführen. (<i>Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport</i>)

	⇒ Möglichkeiten der gezielten Gewichtsreduktion durch Bewegung kennen lernen und erproben. (<i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootsport, Wintersport</i>)

Individuelle Formen für Bewegung, Spiel und Sport finden	
Intentionen	Aufgabenstellungen
<ul style="list-style-type: none"> • Den eigenen Sport finden. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Bewegungsmöglichkeiten aufzeigen, die den Erfordernissen der veränderten Lebenssituation entsprechen. <i>(Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen; Inhaltsbereiche 3 - 9)</i> ⇒ Als Team mit einem Wanderkajak eine Tour planen und durchführen. <i>(Gleiten, Fahren, Rollen -Rollsport, Bootsport, Wintersport)</i> ⇒ Ein Kletterangebot ausfindig machen, ausprobieren und im Hinblick auf den Freizeitwert beurteilen. <i>(Bewegen an Geräten -Turnen)</i> ⇒ Ein Wochenende zum Thema Akrobatik vorbereiten, durchführen und bewerten. <i>(Gestalten, Tanzen, Darstellen -Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste)</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Den eigenen Sport in den Alltag integrieren und einen Teil der Freizeit - alleine oder in der Gruppe -bewegungsorientiert gestalten. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Eigene Bewegungsgewohnheiten im Alltag systematisch beobachten, dokumentieren („Bewegungs-Tagebuch“) und reflektieren. Die Beobachtungen mit eigenen Ansprüchen und Befindlichkeiten konfrontieren und alltägliche Gewohnheiten umgestalten. <i>(Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)</i> ⇒ Kommerzielle Sportangebote und Angebote örtlicher Sportvereine gemäß individueller Neigung erfragen, als Übersicht zusammenstellen, ausprobieren und bewerten. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i> ⇒ Die eigene Sportart in den Tages- bzw. Wochenablauf einplanen und ausüben. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i>

Bewegungen, Übungs- und Trainingsbeispiele erarbeiten, präsentieren und auswerten	
Intentionen	Aufgabenstellungen
<ul style="list-style-type: none"> • Eine Bewegungspräsentation planen und gestalten. • Aktionsformen, Mittel der Gestaltung und Medien zur Präsentation kennen lernen und erproben. • Übungs- und Trainingsbeispiele erarbeiten, vorführen und auswerten. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Erarbeitung und Präsentation einer „Kür“ oder Bewegungsdarstellung mit Turngeräten auf der Grundlage vorher vereinbarter Gestaltungskriterien. <i>(Bewegen an Geräten - Turnen)</i> ⇒ Handlungsformen aus den Bereichen „Akrobatik“, „Darstellendes Spiel“, „Pantomime“, „Bewegungsgeschichten“, „Rollenspiel“ und „Bewegungstheater“ themenorientiert entwickeln. <i>(Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste)</i> ⇒ Schwarzlicht als Gestaltungsmittel erproben. <i>(Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste)</i> ⇒ Standardisierte Bewegungen variieren, neue Bewegungsformen erfinden und demonstrieren. <i>(Bewegen an Geräten – Turnen, Bewegen im Wasser - Schwimmen).</i> ⇒ Erarbeitung und Durchführen eines gemeinsamen Aufwärmprogramms. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i> ⇒ Präsentieren von Übungsbeispielen aus der eigenen Sportpraxis. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i>

Kompetenzbereich 4:

In Alltag, Beruf und Arbeitswelt für sich und andere Verantwortung übernehmen

Risiken erkennen, einschätzen und sicherheitsbewusst handeln	
<p>Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mögliche Gefährdungen in Bewegung, Spiel und Sport sowie Vermeidungsmöglichkeiten kennen. • Sicherheitsbewusst handeln. 	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Bewegungssituationen im Hinblick auf die Gefährdung von sich selbst und anderen beobachten und reflektieren. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen; Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Formen des Helfens und Sicherns entwickeln und anwenden und dabei die physischen und geschlechtsspezifischen Unterschiede angemessen berücksichtigen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Eine Bewegungsbaustelle unter Berücksichtigung von Sicherheitsaspekten entwickeln. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Spielregeln, Spielgeräte u. a. unter Sicherheitsaspekten variieren. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Eigene Stärken im Spiel gegenüber Mit- und Gegenspielern verantwortungs- und sicherheitsbewusst einsetzen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Beim Erlernen von Trendsportarten die Balance zwischen Risikobereitschaft und Sicherheit erfahren und reflektieren. (<i>Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport</i>)

<ul style="list-style-type: none">• Zuverlässigkeit zeigen und Vertrauen entwickeln.	<ul style="list-style-type: none">⇒ In Bewegungs- und Spielaufgaben wie z. B. "Blind führen und folgen", "Fallen ohne zu stürzen" Zuverlässigkeit und Vertrauen entwickeln. (<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>)⇒ Das Recht und die Unversehrtheit der Partnerin/ des Partners respektieren und wahren. (<i>Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</i>)⇒ Bei akrobatischen Übungen oder beim Klettern Verantwortung für andere übernehmen und Vertrauen in den Partner/die Partnerin entwickeln. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>)
--	---

In Wagnissituationen Fähigkeiten und Grenzen erfahren	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none">• Die Selbsteinschätzung durch das Erfahren von Fähigkeiten und Grenzen verbessern.• Alleine oder im Team Wagnissituationen bewältigen.	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Den Schwierigkeitsgrad von unterschiedlichen Sprüngen einschätzen, erfahren und im Hinblick auf das eigene Können reflektieren. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen; Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>)⇒ Für die Bewältigung der Stationen einer Bewegungsbaustelle im Team die eigenen Fähigkeiten einbringen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>)⇒ Bei erlebnispädagogischen Aufgabenstellungen die Fähigkeiten der Gruppenmitglieder erkennen, zur Problemlösung einsetzen und reflektieren. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>)

Kompetenzbereich 5:

Lernen eigenverantwortlich gestalten, sich organisieren und Leistungsentwicklung erfahren

Zur Sache kommen - Bei der Sache bleiben - Die Sache vollenden	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motive zur Bewältigung einer Aufgabe erkennen und nutzen. • Möglichkeiten zur Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit erleben, reflektieren und steuern. 	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Im intensiven Spielen „ihres“ Spiels Freude als Motiv erkennen. <i>(Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele)</i> ⇒ Die eigene Lieblingssportart der Gruppe vorstellen und die Motive für die Begeisterung offen legen. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i> ⇒ Die Erreichbarkeit von Zielen als Grundlage für die Motivation erkennen, z. B. Ausdauer-Test. <i>(Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik)</i> ⇒ Den Nutzen des Übens und Trainierens als Motiv begreifen, z. B. Technikverbesserung in Sportspielen, Krafttraining beim Klettern, Ausdauertraining zur Gewichtsreduktion. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i> ⇒ Erwartete Anerkennung als Motiv für das Erlernen einer neuen Bewegung erkennen, z. B. auf dem Trampolin. <i>(Bewegen an Geräten - Turnen)</i> ⇒ Mittels Zielschusswettbewerben den Zusammenhang zwischen Erfolg und Konzentration erfahren und reflektieren. <i>(Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele)</i> ⇒ Mit zwei oder mehr Handgeräten jonglieren. <i>(Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)</i> ⇒ In Aerobic/Step-Aerobic eine vorgegebene Schrittfolge erlernen. <i>(Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste)</i>

<ul style="list-style-type: none"> • Durchhalten als Erfolg erleben und thematisieren. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Auf dem Trampolin eine Kombination einfacher Sprünge einüben. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Im Tanz eigene Bewegungen an den Rhythmus der Musik anpassen. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Standardtänze erlernen. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Eine vereinbarte Zeit laufen, schwimmen, fahren. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ Trainieren als planvollen Prozess der Leistungsentwicklung kennen lernen. (<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>) ⇒ Wiederholen und Üben als Formen der Sicherung und Festigung von Kenntnissen oder neu erlernten Bewegungen kennen lernen. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ Eine vereinbarte Schlagkombination oder Wiederholungszahl bei Rückschlagspielen durchführen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ In einem Stationsbetrieb unterschiedliche Aufgaben zur Technikverbesserung bewältigen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ In einem Bewegungsparcours verschiedene Aufgabenstellungen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad in der Gruppe bewältigen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Einen Fitnessparcours als Projekt erarbeiten, aufstellen, Stationen erläutern, Bewegungen demonstrieren und die Umsetzung betreuen. (<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>)
---	---

Lernprozesse gestalten	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche mediale Lernhilfen kennen lernen und im Hinblick auf den individuellen Nutzen vergleichen. • Verschiedene Übungsformen erproben und reflektieren. • Selbst gesetzte Lernziele realisieren und reflektieren. 	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Eine neue Bewegung durch unterschiedliche Aufgabenstellungen und Lernhilfen (Bewegungsbeschreibung, Bildreihen, Bewegungsführung etc.) kennen lernen und erproben. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Unterschiedliche Methoden und Möglichkeiten zur Technikverbesserung kennen lernen und erproben. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ In Gruppenarbeit unterschiedliche Übungsformen zur Verbesserung des Zusammenspiels entwickeln und erproben. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Eine Sprungkombination auf dem Trampolin zusammenstellen, üben und vorführen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Ausdauer trainieren und eine selbst gewählte Strecke laufen. (<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>) ⇒ Einen „gefährlichen“ Sprung ins Wasser wagen. (<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>)

Kompetenzbereich 6:

Miteinander kommunizieren, im Team arbeiten und aufgabenbezogen kooperieren

Verbale und non verbale Kommunikation in sportlichen Situationen reflektieren und gestalten	
Intentionen	Aufgabenstellungen
<ul style="list-style-type: none"> • Begegnung und Kontaktaufnahme bewegungsorientiert gestalten. • Bewegung und Körpersignale zur Verständigung nutzen. • Schnellinformation und Kodierung zur Kommunikation im Spiel nutzen. 	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Im Team einen Bewegungsparcours bewältigen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Auf Zuruf bzw. mit Kommandos das Üben und Spielen miteinander ermöglichen und gestalten. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ „Schnüffelspiele“, d. h. mit Hilfe von Fang- und Laufspielen sich untereinander kennen lernen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Individuelle Tanzfiguren in eine Gruppengestaltung integrieren. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Die Unterstützung von Gesprächsintentionen und -verhalten durch Körperhaltung und -bewegung verstehen und erproben. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Möglichkeiten zum Ausdruck von Gefühlen und Stimmungen in Bewegung oder Pantomime kennen lernen, verstehen und darstellen. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Handzeichen oder eine Geheimsprache für Angriffsvarianten erfinden (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>)

Faktoren erfolgreichen Arbeitens im Team kennen lernen und anwenden	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung und Wirkung von Feedback und ihre Bedeutung für Teamarbeit kennen lernen und erproben. • Aufgabenteilung und Organisation für Teamarbeit erfahren und bewusst einsetzen. • Geschlechterbezogene Rollenbilder erkennen und Veränderungen entwickeln und erproben. 	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ In Partner- bzw. Gruppenarbeit z. B. das Jonglieren erlernen. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>) ⇒ Aufgaben wahrnehmen und prozessorientiert in der Gruppe verteilen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Für komplexe Aufgaben im Team unter Zeitvorgaben Lösungsstrategien entwickeln. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ In Gruppenarbeit einen Turm bis zur Decke bauen. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Einen selbstentwickelten Abenteuerparcours im Team überwinden. (<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>) ⇒ Individuelle Stärken im Spiel für das Team erkennen und für das Team einsetzen. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Mitschülerinnen und Mitschüler als Experten anerkennen, einsetzen und nutzen. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ Geschlechterbezogenes Bewegungsverhalten im Spiel entdecken und reflektieren. (<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>) ⇒ Individuelle Erwartungen mit denen der Gruppe in Bewegungssituationen abgleichen. (<i>Inhaltsbereiche 3 - 9</i>) ⇒ In Gruppenarbeit Menschenpyramiden bauen. (<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>)

Die Lerngruppe als Team verstehen	
<p style="text-align: center;">Intentionen</p> <ul style="list-style-type: none">• Thematisierung von Merkmalen und Ereignissen, die die Handlungszufriedenheit im Sportunterricht bestimmen. • Angebote des außerunterrichtlichen Schulsports gemeinsam planen und durchführen.	<p style="text-align: center;">Aufgabenstellungen</p> <ul style="list-style-type: none">⇒ Auf gemeinsame Vorhaben einlassen, z. B. entwickeln und variieren Kleiner Spiele, dabei Vorschläge zur Optimierung der Handlungszufriedenheit erarbeiten und umsetzen. Kritik sachlich formulieren und annehmen. <i>(Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen)</i>⇒ Den „eigenen“ Sport der Lerngruppe vorstellen und „schmackhaft“ machen. <i>(Inhaltsbereiche 3 - 9)</i>⇒ Verabredung zu Lauftreffs und gemeinsamem Besuch von Fitnesscentern oder Spielgemeinschaften. <i>(Laufen, Springen Werfen - Leichtathletik)</i>

4 Gestaltung des Unterrichts

Didaktisch-methodische Entscheidungen

In der praktischen Bildungsgangarbeit führen die zentralen Zieldimensionen des Berufsgrundschuljahres und der Berufsfachschule zu einer engen Kooperation der Fächer des berufsübergreifenden und des berufsbezogenen Lernbereichs. Die Bildungsgangkonferenzen entwickeln differenziert, unter Berücksichtigung der Bildungsgangziele und der Lerngruppen, Ansatzpunkte für fachbezogenes, fachübergreifendes und fächerverbindendes Arbeiten und stimmen ab, in wie weit die einzelnen Fächer zu den Bildungsgangzielen beitragen und dokumentieren dies in der didaktischen Jahresplanung. Die Sportlehrkräfte verweisen auf diejenigen Kompetenzentwicklungen, die insbesondere durch das Fach Sport/Gesundheitsförderung erreicht werden können.

Die Fachkonferenz Sport übernimmt die Aufgabe, Grundsätze zur fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit aufzustellen. Sie entwickelt mit Hilfe des Lehrplans Unterrichtsvorhaben, um thematische Schwerpunkte gesundheits- und berufsfeldorientiert zu vermitteln. Die Orientierung an normierten Sportarten oder einzelnen sportartbezogenen Inhalten mit ihren methodischen und organisatorischen Vorgaben tritt gegenüber einem berufsfeldorientierten und gesundheitsförderlichen Unterricht in den Hintergrund.

Die Qualität des Unterrichtes ist durch regelmäßige Evaluation zu sichern. Zugleich erlaubt Evaluation, Ergebnisse und Wirkungen des Unterrichtes zu dokumentieren und nach außen zu legitimieren. Ziele, Methoden und Instrumente der Evaluation werden in Bildungsgang- und Fachkonferenzen abgestimmt.

Prinzipien des Lehrens und Lernens

Im Hinblick auf die zu entwickelnde Handlungskompetenz werden Schülerinnen und Schüler an der Planung und Gestaltung des Unterrichts beteiligt und in die Verantwortung für den Lernprozess eingebunden. Lehren und Lernen folgt dabei folgenden Prinzipien:

- *Bewegungsorientierung:* Sportpraktisches Tun, physische Beanspruchung, Bewegung allein und in der Gruppe markieren die Wege, über die die Ziele des Sportunterrichts erreicht werden.
- *Reflexion:* Die sportpraktischen Erfahrungen werden im Gespräch reflektiert, gesichert und auf Situationen in Alltag und Schule/Beruf übertragen.
- *Selbstorganisation:* Aufgabenstellungen und Arbeitsweisen im Sportunterricht sichern, dass Schülerinnen und Schüler eigenverantwortlich und selbstbestimmt Problemstellungen und Übungsprozesse bearbeiten und gestalten. Sie sind an Planungsentscheidungen beteiligt.
- *Prozessorientierung:* Lernen im Sportunterricht lenkt die Aufmerksamkeit auf die Prozesse des Organisierens, des sozialen Miteinanders, der Leistungsentwicklung etc. Es verlangt Mitgestaltung und Beteiligung aller Schülerinnen und Schüler.

- *Selbstevaluation*: Die Schülerinnen und Schüler entwickeln themenbezogen Kriterien und Beobachtungspunkte, anhand derer sie eigenständig Lernzuwachs und gewünschte Verhaltensveränderungen erkennen und bewerten können.

Geschlechterorientierung

Die Jugendlichen erleben in ihrem Alltag, dass Frauen und Männer jeweils unterschiedliche geschlechtsspezifische Rollenzuweisungen und damit verbundene Wertungen erfahren. Da diese auch in Situationen sportlichen Handelns wirksam sind, bekommt die reflexive Koedukation vor dem Hintergrund dieser Lerngruppen ein besonderes Gewicht.

Mögliche Ansatzpunkte der Reflexion, Diskussion und methodischen Gestaltung bieten Situationen, die Vorstellungen zu Körper und Körperlichkeit in Bewertungen und Gesten offen legen, die sich an fremd bestimmten Schönheitsidealen, absoluten Maßstäben von "richtig" oder "falsch" oder an Wertvorstellungen anderer Kulturen orientieren. Es lassen sich Bewegungserfahrungen thematisieren, die in der Gruppe auch unter anderen Aspekten als Sieg oder Niederlage gedeutet werden können. Bewegungssituationen können geschlechtsspezifische Konflikte offenbaren, in denen Partnerinnen und Partner instrumentalisiert werden und durch die deren Integrität durch den Einsatz von physischer und psychischer Gewalt verletzt werden könnte.

Für diese Situationen bieten *Parteilichkeit*, *Wertschätzung* und *Selbstbestimmung* Impulse für die Schülerinnen und Schüler zur Neubewertung von Situationen oder Verhaltensweisen sowie zur Entwicklung alternativer Verhaltensmuster:

- *Parteilichkeit* meint in diesem Zusammenhang, Schülerinnen und Schüler in ihrer jeweils geschlechtsspezifischen Berufs-, Belastungs-, Körper-, Bewegungs- und Sportentwicklung wahrzunehmen, zu akzeptieren und in ihrer Weiterentwicklung zu unterstützen.
- *Wertschätzung* meint in diesem Zusammenhang, unterschiedliche sportliche Interessen zu akzeptieren, unterschiedliche sportliche Leistungen im Kontext individueller Möglichkeiten und spezifischer Belastungen zu würdigen und herauszustellen, worin die besondere Leistung der/des Einzelnen liegt.
- *Selbstbestimmung* meint in diesem Zusammenhang, die Schülerinnen und Schüler in ihrer Identität zu fördern, Erfahrungsräume für beide Geschlechter so zu gestalten, dass Handlungspläne in eigener Verantwortung entwickelt, ausprobiert und realisiert werden können.

Es gilt, geschlechtsspezifische Eigenheiten dort zu berücksichtigen, wo das Interesse an bestimmten Sportarten oder die Neigungen und Motive zu Bewegung, Spiel und Sport geschlechtsspezifisch unterschiedlich ausgeprägt sind. Sportunterricht aus diesem Grunde nach Geschlechtern getrennt durchzuführen bietet sich an, wenn den Jugendlichen damit individuelle Körper-, Bewegungs-, Spiel- und Sport Erfahrungen eröffnet werden, die ihnen Möglichkeiten zur Entwicklung spezifischer Handlungskompetenzen bieten.

Förderung von Sprachkompetenz

Der Unterricht im Fach Sport/Gesundheitsförderung schließt in jedem der Kompetenzbereiche Phasen der Reflexion ein. In diesem Zusammenhang ist auch eine gezielte Förderung der deutschen Sprache notwendig¹. Dabei geht es vor allem um das Sprechen.

Das Miteinander-Sprechen im Unterricht ist auf Regeln und Routinen angewiesen². Dabei handelt es sich insbesondere um

- das kooperative Verhalten in Gruppengesprächen wie das geregelte Nacheinander von Beiträgen und das Rückbeziehen auf andere Personen, auf schon Gesagtes, auf das Thema, auf das Ziel des Gesprächs,
- das Einfordern fairen und verabredeten Gesprächsverhaltens,
- die Nutzung fester Gesprächsformen für die verschiedenen Zwecke wie Kreisgespräch zum Erzählen und Sammeln, Verhandlung bei Konflikten, verschiedene Formen der Diskussion mit unterschiedlicher, klarer Rollenverteilung usw.

Förderung des interkulturellen Lernens

Im Sportunterricht eröffnen sich besondere Chancen für internationale Begegnungen, für ein gemeinsames Lernen von Jugendlichen aus unterschiedlichen Herkunftsländern, für spezielle Förderansätze bei Jugendlichen nicht deutscher Herkunftssprache sowie für partnerschaftliche Konfliktaustragungen. Dabei sind alle zuvor genannten Aspekte zur Unterrichtsgestaltung von Bedeutung und unter die Zielsetzung des interkulturellen Lernens zu stellen. Der Grundgedanke ist hierbei die Identitätsbildung in einer zunehmend offener werdenden Gesellschaft mit folgenden Schwerpunkten:

- Interkulturelles Lernen als soziales Lernen
- Interkulturelles Lernen als antirassistische Erziehung
- Interkulturelles Lernen als Förderung der Minoritätsangehörigen, Stabilisierung der Identität in der kulturell - ethnischen Minoritätslage

1 vgl. BASS 13 – 33 Nr. 1.1/1.2, § 8(3) APO-BK

2 vgl. auch MSWWF (Hrsg.): Übergreifende Richtlinien: Förderung in der deutschen Sprache als Aufgabe des Unterrichts in allen Fächern, Frechen 1999 (Schriftenreihe Schule in NRW Nr. 5008)

5 Leistungsbewertung

Grundsätze

Die Grundsätze der Leistungsbewertung ergeben sich aus den entsprechenden Bestimmungen der Allgemeinen Schulordnung (§§ 21 - 23). Für das Verfahren der Leistungsbewertung gelten die §§ 8 - 10 der Verordnung über die Ausbildung und Prüfung in den Bildungsgängen des Berufskollegs (Ausbildungs- und Prüfungsordnung Berufskolleg, APO-BK).

Eine wichtige Aufgabe der Leistungsbewertung ist es, den Schülerinnen und Schülern eine Rückmeldung und Orientierung zu geben, in welchem Maß und in welcher Qualität sie die gesetzten Ziele erreicht und was sie selbst dazu beigetragen haben, um diese Ziele zu erreichen. Die Leistungsbewertung ist auch Grundlage für die Förderung und Beratung der Schülerinnen und Schüler sowie für Schullaufbahntscheidungen.

Wie in den anderen Fächern ohne schriftliche Arbeiten erfolgt die Bewertung im Beurteilungsbereich Sonstige Leistungen. Die Leistungsbewertungen sind immanenter Teil des Unterrichtsprozesses.

Grundlage für die Leistungsbewertung im Fach Sport/Gesundheitsförderung ist ein differenzierter und weit gefasster Leistungsbegriff, der die Vielfalt der auf Kompetenzentwicklung bezogenen Aufgaben des Faches berücksichtigt. Diese Leistungen finden ihren Ausdruck in sportmotorischen Aktivitäten und in weiteren fachlichen Beiträgen, wie Protokolle, Beobachtungsbögen, Tests usw., die je nach Unterrichtsvorhaben eine unterschiedliche Gewichtung haben können.

Die Fachkonferenz sollte die Auswahl geeigneter und dem Bildungsgang angemessener Instrumente und Verfahren zur Notenfindung und die Gewichtung der Bewertungsmerkmale untereinander abstimmen. Die Sportlehrkräfte sind verpflichtet, die Schülerinnen und Schüler zu Beginn eines jeden Halbjahres oder der Arbeit an einem neuen Unterrichtsvorhaben über die fachlichen Anforderungen, die Möglichkeiten Leistungen zu erbringen, die Formen der Leistungsüberprüfung, über die Bewertungskriterien und die Zusammensetzung der Note im Fach Sport/Gesundheitsförderung zu informieren.

Kompetenzentwicklung als Grundlage der Bewertung

Bewertet werden Qualität und Umfang der erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse, die einen Beitrag zur Kompetenzentwicklung leisten. Hierbei ist im besonderen Maße der individuelle Lern- und Entwicklungsfortschritt der Schülerinnen und Schüler im Verlauf des Unterrichts zu berücksichtigen. Es muss zum Ausdruck kommen, durch welches Verhalten von Schülerinnen und Schülern die angestrebte Kompetenzentwicklung erkennbar wird und in welchen Handlungssituationen dies im Unterrichtsverlauf beobachtbar ist. Da Kompetenzentwicklung prozessorientiert ist, lässt sie sich häufig weder punktuell in Form von sportmotorischen Tests oder Demonstrationen erfassen noch direkt feststellen. Es ist wichtig, die ergebnisbezogene Leistungsnote um prozessorientierte Bewertungen zu ergänzen.

Bewertungskriterien sind insbesondere:

- Bewegungskönnen zeigen und aufgabengerecht in definierte Handlungssituationen einbringen.
- Aufgabenstellungen annehmen und sich auf Unterrichtssituationen einlassen.
- Beiträge zu Analyse, Planung und Gestaltung von Unterrichtsphasen und -situationen leisten.
- Sich am Unterrichtsgespräch konstruktiv beteiligen.
- Lernbereitschaft, Lernanstrengung, Selbstständigkeit und die Übernahme von Verantwortung für die eigene Weiterentwicklung und für die der gesamten Lerngruppe zeigen.
- Die sportmotorische Leistung, aber nur dann, wenn sie thematischer Aspekt eines Unterrichtsvorhabens ist.