

CARL FRIEDRICH VON WEIZSÄCKER-GYMNASIUM RATINGEN
SCHULINTERNER LEHRPLAN SPORT (SEK. I)

Verwendete Abkürzungen: FV=Fächerverbindend, BWK=Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, SK=Sachkompetenz, MK= Methodenkompetenz, UK=Urteilskompetenz (ausführliche Formulierungen dazu im Lehrplan)

Für die Stufen 5 und 6 existieren ausformulierte Karten, die für jedes UV die jeweiligen Kompetenzen ausweisen.

Für die Stufen 7-10 ist jede Kompetenz mindestens einmal exemplarisch aufgelistet und damit die Obligatorik berücksichtigt; natürlich spielen diese Kompetenzen in allen anderen UVs ebenso eine Rolle.

Einbindung der BNE-Ziele in den schulinternen Lehrplan

Sport und Bewegung fördern Kompetenzen, die für ein lebenslang nachhaltiges Verhalten notwendig sind und eignen sich hervorragend dafür Nachhaltigkeitsthemen zu adressieren.

Sport fördert nachhaltig die Entwicklung z.B. durch seine positive Wirkung auf die mentale und physische Gesundheit (BNE-Z.: 3 Wohlergehen/Gesundheit). Zudem kann Sport eine Plattform für soziale Kontakte sein.

Partnerschaften zum Ortsverein, wie dem TV-Ratingen, als auch die Teilnahme an außerschulischen Wettbewerben wie dem Swim&Run, den Schulmeisterschaften und dem TT-MilchCup helfen bei der Erreichung der Ziele.

Jahrgangsstufe 5 (Stunden Obligatorik; Stunden Freiraum)

Bewegungsfeld	Thema des UVs	Päd. Perspektive	Stufe	Dauer des UV - Std. (ES)	Seite
(1) Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	1.2 Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness	a, c, f	5	6-8	
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	2.1 + 2.2 Unsere eigene Spielesammlung – Erarbeitung von Kriterien eines gelungenen Spiels und Entwicklung eigener Spiele.	e	5	8-10	
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	3.1 Kennenlernen und Festigen grundlegender technischer und koordinativer leichtathletischer Fertigkeiten.	a	5	8	
	3.2 (+ 1.3) Ausführen leichtathletischer Disziplinen unter dem Aspekt der Verbesserung der individuellen	a, d		10	

	Leistungsfähigkeit, mit dem Ziel einen leichtathletischen Dreikampf durchführen zu können.				
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen			Jgst. 6		
(5) Bewegen an Geräten - Turnen	5.1 (+ 1.1) Aufbauen und Erhalten von Körperspannung sowie der Erwerb grundlegender technischer Elemente durch die spielerische Bewältigung von Geräteaufbauten	a	5	14	
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz - Bewegungskünste	6.1 + 6.2 Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen ggf. FV Musik/Englisch	a, b	5	12	
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	7.1 Fußball – Erarbeitung grundlegender technischer Fertigkeiten und Anwenden in vereinfachten Spielsituationen.	a, e	5	12	
	7.2 Tischtennis – Erarbeitung grundlegender technischer Fertigkeiten und Anwenden im Einzelspiel / Turniere	a, e		12	
(8) Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport	8.1 Gleiten und Fahren auf Eis	c, e	5	4	
(9) Ringen und Kämpfen	9.1 + 9.2 Erproben von kleinen Kampfspielen mit wenig und viel Körperkontakt unter Berücksichtigung gemeinsam festgelegter Regeln.	a, e		10	
Summe				98	

Jahrgangsstufe 6 (Stunden Obligatorik; Stunden Freiraum)

Bewegungsfeld	Thema des UVs	Päd. Perspektive	Stufe	Dauer des UV - Std. (ES)	Seite
(1) Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen					
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	2.2 Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u. a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen		6	10	
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	3.2 Wiederholung der Disziplinen und Vorbereitung auf die BJS LA	d, f	6	6	

(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen	4.1, 4.2, 4.3 + 1.3 Erfahren von unterschiedlichem Verhalten des Körpers im Wasser als Grundlage zur Verbesserung von Wechselzug und Gleichzugtechnik (Brust und Kraul) unter Berücksichtigung von Atemtechnik, Start und Wende mit dem Ziel ausdauernd schwimmen zu können. ggf. FV Biologie	a, d, f	6	40	
(5) Bewegen an Geräten – Turnen	5.2 Erlernen technischer Elemente an Turngeräten und Gerätekombinationen unter Berücksichtigung verantwortungsbewussten Handelns sowie sicherheits- und gesundheitsfördernden Verhaltens	a, c, f	6	10	
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz - Bewegungskünste					
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	7.1 Basketball – Erarbeitung grundlegender technischer Fertigkeiten und Anwenden in vereinfachten Spielsituationen.	a, e	6	10	
	7.2 Volleyball – Erarbeitung grundlegender technischer Fertigkeiten und Anwenden im Spiel 3:3.	a, e		10	
(8) Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport			6		
(9) Ringen und Kämpfen			6		
Summe				86	

Jahrgangsstufe 7 (Stunden Obligatorik; Stunden Freiraum)

Bewegungsfeld	Thema des UVs	Päd. Perspektive	Stufe	Dauer des UV - Std. (ES)	Seite
(1) Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	1.1 Allgemeines und spezielles Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen BWK 1.1	a, f SK f.2	7	6	
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen					
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	3.2 Das hab ich noch nie gemacht! – Hochsprung,	a, d, f MK a.1/2,	7	10	

CFvW-Gymnasium

	Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung BWK 3.2	UK a.2, SK d.3, MK f.1			
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen					
(5) Bewegen an Geräten - Turnen	5.2 Entwicklung einer turnerisch-akrobatischen Gruppengestaltung mit unterschiedlichen Figuren BWK 5.2/3	a, b, e MK b.3	7	10	
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz - Bewegungskünste	Bewegungskünste: Jonglage, Pantomime oder Bewegungstheater BWK 6.3	b MK b.2, UK b.2			
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	7.1 Hockey – Erarbeitung grundlegender technischer Fertigkeiten und Anwenden in vereinfachten Spielsituationen. BWK 7.1 7.2 Badminton – Erarbeitung grundlegender technischer Fertigkeiten und Anwenden im Einzelspiel / Turniere.	a, e MK e.2 a, d SK a.2	7	12 12	
(8) Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport	8.1 Fahrrad fahren (Blockveranstaltung) BWK 8.1	a, c, f	7	Blockveranstaltung	
(9) Ringen und Kämpfen					
OPTIONAL	Handball (7.1)				
Summe				50	

Jahrgangsstufe 8 (Stunden Obligatorik; Stunden Freiraum)

Bewegungsfeld	Thema des UVs	Päd. Perspektive	Stufe	Dauer des UV - Std. (ES)	Seite
(1) Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen					
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen					
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	3.1 + 3.2 Wir messen uns in einem selbst zusammengestellten Wettkampf – ein leichtathletischen Mannschaftswettkampf planen, durchführen und auswerten. BWK 3.1/3	d, e, f UK d.1, MK f.1	8	10	
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen					
(5) Bewegen an Geräten - Turnen					

CFvW-Gymnasium

(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz - Bewegungskünste	6.1 + 6.2 Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen ggf. FV Englisch/Musik BWK 6.2	a, b, e UK a.1, SK b.1/2, MK b.1, UK b.1	8	10	
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	7.1 Fußball – Vertiefen technischer Fertigkeiten unter dem Aspekt taktischer Verhaltensweisen. BWK 7.2	a, d, e MK e.3	8	10	
	7.1 Basketball – Vertiefen technischer Fertigkeiten unter dem Aspekt taktischer Verhaltensweisen und Berücksichtigung sich verändernder Mannschaftsgrößen (Streetball). BWK 7.4	a, e SK a.2		10	
	7.2 Tischtennis – taktisch-kognitive und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	a, d, e		8	
(8) Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport					
(9) Ringen und Kämpfen	9.1 + 9.2 Erlernen von grundlegenden technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Fähigkeiten beim Ringen und Kämpfen in der Bodenlage unter Berücksichtigung situationsangepassten Verhaltens. BWK 9.1/2	c, d, e SK c.1, UK c.1	8	8	
Summe				56	

Jahrgangsstufe 9 (Stunden Obligatorik; Stunden Freiraum)

Bewegungsfeld	Thema des UVs	Päd. Perspektive	Stufe	Dauer des UV - Std. (ES)	Seite
(1) Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	1.2 Fitness – Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Reflektierte Nutzung von Fitness-Apps BWK 1.2/3	a, d, f SK a.1, SK d.2, MK d.1, UK f.1	9	12	
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Alternative Sportspiele (Flag-Football, Rugby, Ultimate Frisbee) BWK 7.3	e UK e.1			
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik					
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen					

CFvW-Gymnasium

(5) Bewegen an Geräten - Turnen	5.1 Bewältigung von Wagnissituationen unter sicherheitsrelevanten Aspekten anhand der Sportart Le Parkour. BWK 5.1	a, c SK c.1, MK c.1	9	12	
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz - Bewegungskünste	6.1 Musik und Rhythmus unter Fitnessaspekten in Bewegung umsetzen (z.B. Aerobic, Rope Skipping). BWK 6.1	b, f	9	12	
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	7.1 Handball – Erwerb technischer Fertigkeiten und taktischer Verhaltensweisen. BWK 7.1	a, d, e	9	10	
	7.2 Volleyball – Vertiefen technischer Fertigkeiten unter dem Aspekt taktischer Verhaltensweisen. BWK 7.2	a, d, e		12	
(8) Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport					
(9) Ringen und Kämpfen					
Summe				58	

Jahrgangsstufe 10 (Stunden Obligatorik; Stunden Freiraum)

Bewegungsfeld	Thema des UVs	Päd. Perspektive	Stufe	Dauer des UV - Std. (ES)	Seite
(1) Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	1.3 Aerobe Ausdauerleistung – gesundheitsorientiertes Laufen systematisch verbessern und Laufbelastungen einschätzen ggf. FV Biologie BWK 1.4	a, d, f SK d.1, f.1, MK d.2, UK d.2			
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	2.2 Spiele (aus anderen Kulturen, lernförderliche,...) eigenverantwortlich spielen und Rahmenbedingungen gestalten BWK 2.1/2	a, b, e MK e.1	10	12	
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	OPTIONAL: Speerwurf oder Hürdenlauf (BWK 3.1/4)	f (MK f.1)			
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen					
(5) Bewegen an Geräten - Turnen					
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen –					

CFvW-Gymnasium

Gymnastik/Tanz - Bewegungskünste					
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	7.2 Badminton – Erweiterung technischer Fertigkeiten unter dem Aspekt erweiterter taktischer Verhaltensweisen im Einzelspiel. 7.1 Basketball – Vertiefen technischer Fertigkeiten unter dem Aspekt taktischer Verhaltensweisen.	a, e, f a, d, e SK e.1/2	10	12 12	
(8) Gleiten, Fahren, Rollen – Roll-, Boots-, Wintersport	8.1 Rollen und Fahren auf Rollgeräten (Inline Skates) oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee BWK 8.2	a, b, c MK a.3, SK c.3, MK c.1/3	10	12	
(9) Ringen und Kämpfen					
Summe				48	

Optional: (Je nach Hallenkapazität und / bzw. zeitlichem Freiraum)

- Jonglage
- Weitere Sportarten werden individuell durch die Lehrkraft eingebracht

EF: Hockey, Fitness/Tanz, ... **Q:** Badminton, Gleiten-Fahren-Rollen, ...

Sportliche Veranstaltungen: BJS Turnen und Leichtathletik, Spielefest, Turniere