

Rahmenkonzeption des JAG im Fach Sport (Klasse 5 - 10)

Die folgenden Ausführungen sind in Übereinstimmung mit den Rahmenrichtlinien und dem Kerncurriculum von Niedersachsen entstanden.

Übergeordnete Aufgaben und Lernziele

Neben den sportartspezifischen Lernzielen werden im Folgenden die allgemeinen grundlegenden Aufgaben und Ziele benannt¹:

- Der Sportunterricht soll die Vielfalt des Sporttreibens, der Bewegung und des Spiels erfahrbar machen. Bedeutsame Sinnzusammenhänge sind in diesem Zusammenhang:
 - Leistungsbereitschaft, Leistungssteigerung und Leistungsvergleich
 - Freude am Spiel und an der Bewegung
 - Gesundheit im Interesse eines ganzheitlichen Verständnisses (z.B. Im Sinne von Fitness)
 - Handeln auf Gegenseitigkeit auf den Prinzipien von Kooperation, Konkurrenzverhalten und Fairness.
 - Kreativität, ästhetischer Ausdruck und Gestaltung
 - Bewegungserlebnis und Körpererfahrung
 - Umweltbewusstsein
 - Sicherheit und Unfallverhütung

Leistungsbewertung:

Folgendes Verhältnis der Leistungen wird beim Bewerten vorgenommen:

Sportmotorische Leistung: 70%

mündliche Leistung: 15%

fachbezogene Leistung: 15%

¹ Vgl. NIEDERSÄCHSISCHES KULTUSMINISTERIUM (Hrsg.). (1998): Grundsätze und Bestimmungen für den Schulsport. Hannover. S. 6ff

7. Klasse

Thema: Leichtathletik

Lernziele: Die Schülerinnen und Schüler können

- sportartspezifische koordinative und konditionelle Fähigkeiten zur Verbesserung des Technik- und Leistungsniveaus nutzen,
- grundlegende Techniken und rhythmische Bewegungsfolgen in den leichtathletischen Disziplinen mit verbessertem Niveau anwenden,
- grundlegende Übungsbezeichnungen nennen und Wettkampfbestimmungen einhalten,
- die positiven Wirkungen leichtathletischer Übungen, besonders des ausdauernden Laufens, auf den Organismus erkennen und
- wesentliche Sicherheitsmaßnahmen bewusst einhalten.

Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Aspekte, Bedingungen des Sportabzeichens • Technikvermittlung (neu: Hochsprung) • Ausdauertraining 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprint: 75 m • Weitsprung (Absprung aus der Zone, Hocksprung) • Hochsprung (Schersprung und Fosbury Flop) • Schlagball (80/200g, Dreischrittrhythmus) • 800 m (Schülerinnen) • 1000 m (Schüler) • Laufabzeichen • Staffellauf 	<p>Prozessbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsprobleme erkennen und formulieren • den Sinn des Sich-Bewegens verstehen • sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren • sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden • Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen • den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen • sich durch Bewegung darstellen und 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 16 Stunden (bis zu den Herbstferien) • ca. 10 Stunden (vor den Sommerferien, in Verbindung mit Schwimmen für das Sportabzeichen)

		<p>ausdrücken.</p> <ul style="list-style-type: none">• geeignete Lernziele erkennen• Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben• Lernen selbst regulieren, d. h.<ul style="list-style-type: none">• Lernen durch Beobachten und Nachahmen• Lernsituationen eigenständig gestalten• Lernsituationen verändern• Lernprozesse reflektieren• sich selbst und andere realistisch einschätzen• das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten <p>Inhaltsbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none">• laufen mindestens 30 Minuten ohne Pause ausdauernd• erläutern die Dauer Methode als eine Trainingsmethode zur Verbesserung der aeroben Ausdauer und wenden sie an.• setzen sich realistische Trainingsziele auf der Grundlage ihrer individuellen Bezugsnorm.• gestalten einen Trainingsprozess• laufen in Sprinttechnik über 75 Meter.• wenden die Tiefstarttechnik in Grobform an.• beherrschen die Stabübergabe von hinten.	
--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> • kooperieren im Rahmen der Bewegungsaufgabe. • überlaufen schnell hürden-ähnliche Hindernisse im Drei- oder Fünfschrittrhythmus. • erfüllen konditionelle und koordinative Anforderungen. • werfen einen Wurfball mit effektivem Anlauf möglichst weit. • schocken, stoßen und drehwerfen unterschiedliche Wurfgeräte möglichst weit. • reflektieren die Funktionalität Leichtathletik spezifischer Wurftechniken. • legen ihre individuelle Anlaufentfernung und Anlaufgeschwindigkeit beim Weitsprung fest. • wenden die individuell adäquate Hochsprungtechnik an. • kennen unterschiedliche Hochsprungstechniken. 	
Thema: Basketball			
<p>Lernziele: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende sportliche Fertigkeiten durch verbesserte konditionelle und koordinative Leistungsvoraussetzungen der Reaktionsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit und Schnelligkeit auf höherem Niveau nutzen, • individuelle taktische Fähigkeiten und Fertigkeiten mannschaftsdienlich einsetzen, • Kenntnisse wesentlicher Spielregeln, Schiedsrichterzeichen und Fachbegriffe nachweisen und sich an der Leitung von Spielen beteiligen sowie • Leistungsbereitschaft zeigen, sich fair verhalten und Schiedsrichterentscheidungen akzeptieren. 			

Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Grundfertigkeiten/Technik • wichtigste Regeln und Fachsprache 	<ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung der Grundfertigkeiten: Dribbeln, Passen, Fangen, Wurf • Einführung: Sternschritt, Korbleger • Regeln (Dribbelfehler, Foul, Schrittfehler, Rückpass, eingeschränkte Zeitregeln) 	<p>Prozessbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsprobleme erkennen und formulieren • den Sinn des Sich-Bewegens verstehen • sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren • sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden • Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen • den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen • sich durch Bewegung darstellen und ausdrücken. • geeignete Lernziele erkennen • Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben • Lernen selbst regulieren, d. h. <ul style="list-style-type: none"> • Lernen durch Beobachten und Nachahmen • Lernsituationen eigenständig gestalten • Lernsituationen verändern 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 12Stunden (bis Weihnachten, siehe Turnier)

		<ul style="list-style-type: none">• Lernprozesse reflektieren• sich selbst und andere realistisch einschätzen• das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten <p>Inhaltsbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none">• stellen eine Mannschaft gemäß einer Spielidee selbständig zusammen.• vergleichen unterschiedliche Spiele.• wählen Spielregeln situationsangemessen aus.• wenden selbst ausgewählte Spielregeln an.• erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgabe.• verstehen Anforderungsprofile von Spielsituationen.• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Spiels.• nehmen sich in ihrer Spielerrolle wahr.• wenden elementare Techniken in Spielen an.• beherrschen taktische Maßnahmen.• erläutern taktische Maßnahmen.• gestalten Spielprozesse.• verstehen ihre Spielerrolle.• verstehen Spielprozesse.• spielen fair und mannschaftsdienlich.• übernehmen Verantwortung für faires	
--	--	---	--

		Verhalten innerhalb der Mannschaft. <ul style="list-style-type: none"> • führen Schiedsrichtertätigkeit unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus. • schätzen Spielsituationen entsprechend der ausgewählten Regeln ein. 	
Thema: Turnen			
Lernziele: Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • die sportartspezifischen Anforderungen mit verbesserten konditionellen und koordinativen Fähigkeiten bewältigen, • die Grundtätigkeiten Balancieren, Stützen, Schwingen, Rollen, Klettern und Springen sicher ausführen, • beim Hindernisturnen vielfältige Bewegungserfahrungen sammeln, • die einzelnen Elemente mit einfachen Bewegungsformen in einer Übungsverbindung kombinieren und • grundlegende Techniken des Helfens und Sicherns anwenden. 			
Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Boden • Reck • Sprung • Ringe/Trapez • Barren • Schwebebalken • Minitrampolin • Circensische Formen 	<ul style="list-style-type: none"> • Anforderungen der Bundesjugendspiele Geräteturnen (vgl. Wettkampfkarte 5-7) • Sicherheits- und Hilfestellungen, Variation der Zweier- und Dreierfiguren und Gruppenpyramiden, Sprung aus dem Minitrampolin in das Trapez, Jonglage 	Prozessbezogen: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsprobleme erkennen und formulieren • den Sinn des Sich-Bewegens verstehen • sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren • sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden • Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • in Bewegungssituationen auftretende 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 12 Stunden (nach den Weihnachtsferien)

		<p>Konflikte lösen</p> <ul style="list-style-type: none">• den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen• sich durch Bewegung darstellen und ausdrücken.• geeignete Lernziele erkennen• Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben• Lernen selbst regulieren, d. h.<ul style="list-style-type: none">• Lernen durch Beobachten und Nachahmen• Lernsituationen eigenständig gestalten• Lernsituationen verändern• Lernprozesse reflektieren• sich selbst und andere realistisch einschätzen• das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten <p>Inhaltsbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none">• turnen erlernte Bewegungsfertigkeiten an Geräten oder am Boden synchron.• schätzen das eigene Können und das Können der Partnerin/des Partners ein.• erkennen geeignete Lernziele, um die Bewegungsfertigkeiten zu optimieren.• entwickeln Methoden zur Abstimmung der Bewegung aufeinander• wenden Hilfe- und Sicherheitsstellung	
--	--	--	--

		<p>nach Vorgabe oder selbstständig sachgerecht an.</p> <ul style="list-style-type: none"> • erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von Sicherheits- und Hilfestellung zunehmend selbständig. • präsentieren allein oder mit der Partnerin/dem Partner Kunststücke mit Materialien. • gestalten Lernsituationen eigenständig. • diskutieren und lösen Konflikte, die bei der Erarbeitung von Bewegungskunststücken auftreten. 	
Thema: Gymnastik, Tanz			
<p>Verbindliche Leistungsbewertung sportmotorische Leistung: Präsentation einer selbst erarbeiteten Aerobic/ Ballkorobic-Kombination mündliche Leistung: Umgang mit Fachbegriffen, Einbringung in die Entwicklung der Choreographie</p>			
Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Aerobic/ Ballkorobic 	<ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der Rhythmusschulung und Schrittvariation: Low Impact, High Impact, Kicks, Jumps • Den Ball rhythmisch prellen, werfen, kreisen, rollen 	<p>Prozessbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich seiner Verantwortung für sich und für Andere bewusst werden • in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen • Lernen selbst regulieren, d. h. <ul style="list-style-type: none"> • Lernen durch Beobachten und Nachahmen • Lernsituationen eigenständig gestalten • sich selbst realistisch einschätzen <p>Inhaltsbezogen:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 10 Stunden

		<ul style="list-style-type: none"> • prägen das Bewegen rhythmisch aus. • setzen Rhythmus in Bewegung um. • erkennen unterschiedliche Rhythmen. • führen Grundbewegungsformen mit Bällen aus. 	
Thema: Volleyball			
Lernziele: Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • verbesserte koordinative und konditionelle Fähigkeiten, besonders Schnelligkeit, Reaktionsfähigkeit und Orientierungsfähigkeit nachweisen, • grundlegende Fertigkeiten des Volleyballspiels anwenden, • einfache technisch-taktische Anforderungen in Spielformen erfüllen, • grundlegende Spielregeln beachten, nach Schiedsrichterentscheidungen handeln und • im kooperativen und konkurrierenden Spiel eine hohe Einsatz- und Leistungsbereitschaft beweisen. 			
Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Grundfertigkeiten/Techniken 	<ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spielformen in Gruppen mit vereinfachten Regeln (z.B. Ball über die Schnur) • Grundfertigkeiten: Baggern, Pritschen, Aufschlag von unten 	Prozessbezogen: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsprobleme erkennen und formulieren • den Sinn des Sich-Bewegens verstehen • sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren • sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden • Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 8 Stunde

		<ul style="list-style-type: none">• in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen• den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen• sich durch Bewegung darstellen und ausdrücken.• geeignete Lernziele erkennen• Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben• Lernen selbst regulieren, d. h.<ul style="list-style-type: none">• Lernen durch Beobachten und Nachahmen• Lernsituationen eigenständig gestalten• Lernsituationen verändern• Lernprozesse reflektieren• sich selbst und andere realistisch einschätzen• das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten <p>Inhaltsbezogen:</p> <ul style="list-style-type: none">• stellen eine Mannschaft gemäß einer Spielidee selbständig zusammen.• vergleichen unterschiedliche Spiele.• wählen Spielregeln situationsangemessen aus.• wenden selbst ausgewählte Spielregeln an.• erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgabe.	
--	--	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> • verstehen Anforderungsprofile von Spielsituationen. • verstehen Strukturelemente und Regeln eines Spiels. • nehmen sich in ihrer Spielerrolle wahr. • wenden elementare Techniken in Spielen an. • beherrschen taktische Maßnahmen. • erläutern taktische Maßnahmen, gestalten Spielprozesse. • verstehen ihre Spielerrolle. • verstehen Spielprozesse. • spielen fair und mannschaftsdienlich. • übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der Mannschaft. • führen Schiedsrichtertätigkeit unter Berücksichtigung ausgewählter Spielregeln aus. • schätzen Spielsituationen entsprechend der ausgewählten Regeln ein. 	
Thema: Fußball			
Lernziele: Die Schülerinnen und Schüler können			
<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Techniken des Fußballspiels in den Spielformen sicher anwenden, • den Spielanforderungen durch eine gute Ausdauer gerecht werden, • mannschaftsdienlich handeln, sich fair und Entscheidungen respektierend verhalten und • wesentliche Technikmerkmale benennen, gefestigte Kenntnisse zur Spielleitung nachweisen. 			
Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spielformen • Regelkunde und Fachsprache 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielen in kleinen Gruppen • Vertiefung von Grundfertigkeiten: 	Prozessbezogen: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsprobleme erkennen und 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 10 Stunden (nach den

<ul style="list-style-type: none"> • Taktik 	<p>Passen, Stoppen, Dribbling, Schuss</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppentaktische Elemente: Doppelpass, Übernehmen - Übergeben, Überzahl- Unterzahlsituation • Individualtaktische Elemente: 	<p>formulieren</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Sinn des Sich-Bewegens verstehen • sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren • sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden • Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen • den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen • sich durch Bewegung darstellen und ausdrücken. • geeignete Lernziele erkennen • Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben • Lernen selbst regulieren, d. h. <ul style="list-style-type: none"> • Lernen durch Beobachten und Nachahmen • Lernsituationen eigenständig gestalten • Lernsituationen verändern • Lernprozesse reflektieren • sich selbst und andere realistisch einschätzen 	<p>Osterferien)</p>
--	--	---	---------------------

		<ul style="list-style-type: none">• das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten Inhaltsbezogen: <ul style="list-style-type: none">• stellen eine Mannschaft gemäß einer Spielidee selbständig zusammen.• vergleichen unterschiedliche Spiele.• wählen Spielregeln situationsangemessen aus.• wenden selbst ausgewählte Spielregeln an.• erfüllen ihre Spielerrolle nach Vorgabe.• verstehen Anforderungsprofile von Spielsituationen.• verstehen Strukturelemente und Regeln eines Spiels.• nehmen sich in ihrer Spielerrolle wahr.• wenden elementare Techniken in Spielen an.• beherrschen taktische Maßnahmen.• erläutern taktische Maßnahmen.• gestalten Spielprozesse.• verstehen ihre Spielerrolle.• verstehen Spielprozesse.• spielen fair und mannschaftsdienlich.• übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der Mannschaft.• führen Schiedsrichtertätigkeit unter Berücksichtigung ausgewählter	
--	--	--	--

		Spielregeln aus. <ul style="list-style-type: none"> • schätzen Spielsituationen entsprechend der ausgewählten Regeln ein. 	
Thema: Schwimmen (Zusatzangebot je nach Aufsicht und zeitlicher Möglichkeit evtl. im van Ameren Bad)			
Lernziele: Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • verbesserte Schnelligkeit und Ausdauer nachweisen, • verbesserte Technik des Brustschwimmens und weitere Techniken anwenden, • Starts und Wenden in verschiedenen Sportschwimmarten ausführen, • einfache Elemente des Rettungsschwimmens realisieren und • wesentliche Sicherheitsvorschriften bewusst einhalten 			
Inhalte	Schwerpunkte	Kompetenzen	Zeit
<ul style="list-style-type: none"> • Aspekte, Bedingungen des Sportabzeichens • Stilschwimmen 	<ul style="list-style-type: none"> • 200 m • Brust-, Kraul- und Rückenschwimmen 	Prozessbezogen: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsprobleme erkennen und formulieren • den Sinn des Sich-Bewegens verstehen • sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren • sich seiner Verantwortung für sich selbst bewusst werden • Anforderungen kooperativer Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • Anforderungen konkurrierender Bewegungsbeziehungen erkennen und erfüllen • in Bewegungssituationen auftretende Konflikte lösen • den Sinn von Regeln erkennen und sich mit anderen auf Regeln einigen 	<ul style="list-style-type: none"> • ca. 8 Stunden (vor den Sommerferien)

		<ul style="list-style-type: none"> • sich durch Bewegung darstellen und ausdrücken. • geeignete Lernziele erkennen • Lernstrategien und Methodenkenntnisse erwerben • Lernen selbst regulieren, d. h. <ul style="list-style-type: none"> • Lernen durch Beobachten und Nachahmen • Lernsituationen eigenständig gestalten • Lernsituationen verändern • Lernprozesse reflektieren • sich selbst und andere realistisch einschätzen • das Anforderungsprofil einer Bewegungssituation bewerten <p>Inhaltsbezogen: Wird noch ergänzt.</p>	
--	--	--	--

Turnier	<ul style="list-style-type: none"> • Basketball
---------	--

Thema: Gymnastik, Tanz