

**Schuleigener Lehrplan 11/12****Sport**

Kern- und Schulcurriculum  
Methodische Schwerpunkte, Besonderheiten

**Intention:**

Die bisher erworbenen Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse werden gefestigt, vertieft und erweitert. Auf der Basis der motorischen Erfahrung der Klassen 9 und 10 werden nun sportartspezifische Fähigkeiten geschult. Durch Freude an vielfältiger Bewegung sollen die Grundlagen für lebenslanges Sporttreiben geschaffen werden.

Der Unterricht wird in koedukativen Sportgruppen organisiert. Die Schüler können verschiedene Sportarten frei wählen und werden dann den entsprechenden Kursen zugeordnet. Sie müssen aber mindestens jeweils eine Individual- und eine Mannschaftssportart wählen. Zudem kann man im Wahlbereich eine weitere Sportart auswählen. In der Kursstufe werden sporttheoretische Aspekte vertieft unterrichtet, sodass eine Theorienote erstellt werden kann, die anteilig in die Gesamtnote einfließt. Im 2-stündigen Fach bleibt dem Fachlehrer freigestellt, ob er diese Note mit einem mündlichen oder schriftlichen Leistungsnachweis erstellt.

Durch Teilnahme an Wettbewerben (z.B. Jugend trainiert für Olympia, Bundesjugendspiele, Sporttage, Spendenlauf) fördern wir das Bedürfnis zum persönlichen Vergleich und den Leistungsgedanken. Darüber hinaus werden Kooperationen mit ortsansässigen Vereinen weitergeführt und intensiviert (z.B. Tischtennis und Handball).

**Sportbereich 2 (Individualsportart):****Leichtathletik**

Schüler erbringen in zwei Disziplinen aus den unterschiedlichen Disziplingruppen je eine Leistung und können sportartspezifische Techniken demonstrieren.

**Schwimmen**

Schüler entwickeln ihre Fähigkeiten in den konditionellen Bereichen: Schnellkraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit und im koordinativen Bereich und verbessern ihre technischen Fertigkeiten in verschiedenen Schwimmstilen.

**Gerätturnen**

Auch hier entwickeln Schüler ihre Fähigkeiten in den oben genannten Bereichen weiter und verbessern im psycho-sozialen Bereich ihre Kooperationsfähigkeit in Kleingruppen. Sie lernen Helfen und Sichern, sowie die Fachsprache.

**Gymnastik**

Schüler erlernen gymnastische Pflichtsequenzen als einen Unterrichtsschwerpunkt. Sie lernen, diese Bewegungsverbindungen nach choreographischen Gesichtspunkten zu verbinden und zu präsentieren. Im Bereich Tanz und Gestaltung wird aus den verschiedenen Tanzstilen ausgewählt und es kann Step-Aerobic angeboten werden.

**Ausdauer**

Generell wird in allen Kursen eine Ausdauerleistung verlangt. Diese kann als Coopertest im Schwimmen oder Laufen oder als 30-minütiger Lauftest absolviert werden.

**Sportbereich 3 (Mannschaftssportarten)**

Mannschaftssportarten sind: Basketball, Volleyball, Fußball, Handball

In allen Mannschaftssportarten steht die Verbesserung der Bereiche: Technik bzw. Individualtaktik, Gruppentaktik und Mannschaftstaktik im Vordergrund. Die Schüler können sportartspezifische Fertigkeiten demonstrieren und anwenden. Im Bereich der sozialen Kompetenz stehen die Ideen, Spiele organisieren, entwickeln und leiten lassen im Vordergrund. Dafür ist eine intensivierete Kenntnis des jeweiligen Regelwerks unabdingbar.