

Fachcurriculum Sport für die Sekundarstufe I und II

Die Aufgabe des schulinternen Fachcurriculums ist es, die Kerninhalte und Kompetenzen, die in den Fachanforderungen/Lehrplänen des Landes Schleswig-Holstein verbindlich vorgegeben sind, über die einzelnen Jahrgangsstufen hinweg aufzubauen. Das schulinterne Fachcurriculum bildet die Planungsgrundlage für den Fachunterricht und enthält konkrete Beschlüsse der Fachschaft über

- anzustrebernde Kompetenzen für die einzelnen Jahrgangsstufen
- Schwerpunktsetzungen, die Verteilung und Gewichtung von Unterrichtsinhalten und Themen
- angemessene mediale Gestaltung des Unterrichts (mit Bezug zum Mediencurriculum)
- Diagnostik, Differenzierung und Förderung,
- Leistungsmessung und Leistungsbewertung (in Ergänzung zu den allgemeinen Vorgaben der Schule)

Die konkrete Ablaufplanung sowie Konkretisierung der einzelnen Themenbereiche obliegt der Fachlehrkraft und wird nach pädagogischem Ermessen und organisatorischen Gegebenheiten durchgeführt. Der Unterricht wird im Rahmen der zentralen, schulinternen Evaluation (EVALU) gemeinsam reflektiert.

Inhalt

Allgemein

- Kompetenzorientierung
- Verbindung von Theorie und Praxis
- Differenzierung
- Inklusion
- Umfang
- Medieneinsatz
- Leistungsbeurteilung/ Diagnostik
- Praxisinhalte in Sekundarstufe 1 und 2

Konkretionen

Praxisinhalte/ Themenbereiche

- 5. Klasse
- 6. Klasse
- 7. Klasse
- 8. Klasse
- 9. Klasse
- 10. Klasse

Sekundarstufe II

- E, Q1, Q2

Allgemein

Allgemein | Kompetenzorientierung

In der Sekundarstufe I steht die Schulung und Vermittlung von Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie von Einstellungen und von Wissen zur Erlangung *sportlicher Handlungsfähigkeit* im Vordergrund. Die Schulung und Vermittlung dieser Kompetenzen erfolgt übergreifend in den Klassenstufen 5 bis 10. Die sportliche Handlungskompetenz wird in der Sekundarstufe II als globale Kompetenz unter verstärkter theoretischer Einbindung weiter vertieft.

Allgemein | Verbindung von Theorie und Praxis

Theorie und Praxis bedingen sich im Sport wechselseitig und sind somit selbstverständliche Unterrichtsinhalte in allen Klassenstufen. Theorieinhalte ergeben sich natürlich sowohl aus den Regeln der Sportarten als auch aus Themen, die die Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise betreffen (Fairnessgedanke, Ernährung, Gesundheit).

Allgemein | Differenzierung

Im Fach Sport wird sichergestellt, dass differenzierte Lernangebote bereitgestellt werden, die den unterschiedlichen Lernniveaus der Schülerinnen und Schüler gerecht werden. Dabei werden Aufgaben und Inhalte so gestaltet, dass unterschiedliche Anforderungsebenen berücksichtigt und individuelle Begabungen gefördert werden. Ziel ist es, den SuS ein erfolgreiches sportliches Lernen unter Berücksichtigung der schulischen Gegebenheiten und entsprechend ihrer Fähigkeiten und Potenziale zu ermöglichen.

Allgemein | Inklusion

Wir gewährleisten am Katharineum zu Lübeck bei der Planung von Unterricht die Berücksichtigung von inkludierten Schülerinnen und Schülern gemäß den Möglichkeiten der Schule.

Allgemein | Umfang

In der 5., 6., 7. und 8. Klasse wird der Sportunterricht dreistündig erteilt. Ab Klasse 9 sind pro Klassenstufe zwei Stunden in der Kontingentstundentafel vorgesehen. Sofern Unterricht in den Sporthallen erteilt wird, sprechen sich bei Doppelbelegung die jeweiligen Lehrkräfte ab, welche Hallen jeweils genutzt werden. Im Außenbereich, der Sportanlage an der Falkenwiese, müssen durch die Lehrkräfte schulübergreifende, der aktuellen Situation vor Ort angepasste Absprachen getroffen werden.

Allgemein | **Medienkompetenz**

1. Sicher in digitalen Umgebungen agieren, unter Berücksichtigung des fachschaftsinternen Mediencurriculums, des allgemeinen [Medienkonzepts am Katharineum](#) sowie den [Empfehlungen der Landesfachberatung](#).
2. Persönliche Daten und Privatsphäre schützen (*Maßnahmen für Datensicherheit und Datenmissbrauch berücksichtigen*).
3. Gesundheit schützen (*Suchtgefahren vermeiden; sich selbst und andere vor möglichen Gefahren schützen; digitale Technologien gesundheitsbewusst nutzen; digitale Technologien für soziales Wohlergehen und Eingliederung nutzen*).
4. Natur und Umwelt schützen (*Umweltauswirkungen digitaler Medien berücksichtigen*).
5. Der Medieneinsatz wird an die jeweiligen Bedingungen vor Ort angepasst. Er berücksichtigt fortlaufend aktuelle Entwicklungen der digitalen Infrastruktur, so zum Beispiel die Auswertung von Zeitrafferaufnahmen mit schulischen und eigenen digitalen Endgeräten. Die Sporthallen sind mit W-LAN ausgestattet. Mobile Projektionen von Ton und Bild sind jederzeit möglich.

Allgemein | **Leistungsüberprüfung und Diagnostik**

Die Diagnostik erfolgt durch Beobachtungen, Gespräche, Selbsteinschätzungen und fachliche Konkretisierungen/ Fachschaftsbeschlüsse, die sowohl die körperliche Leistungsfähigkeit als auch die Bereitschaft zur Zusammenarbeit und Reflexion dokumentieren. Dabei wird die Heterogenität der Lernenden berücksichtigt, um allen Schülerinnen und Schülern gerecht zu werden.

Die Leistungsdifferenzierung ermöglicht es, individuelle Fördermaßnahmen anzubieten und verschiedene Anforderungsebenen anzusprechen. Je nach Leistungsstand und persönlichen Fortschritten erhalten die Schülerinnen und Schüler Aufgabenstellungen, die ihren Fähigkeiten entsprechen und sie motivieren, ihr Potenzial auszuschöpfen. Durch regelmäßige Rückmeldungen und Reflexionen wird die Eigenverantwortung gestärkt und eine kontinuierliche Weiterentwicklung gefördert.

Konkretionen

Konkretionen | Praxisinhalte in Sekundarstufe 1 und 2

Themenbereiche

1. Sich fit halten
2. Sportspiele
3. Turnen
4. Laufen, Springen, Werfen (L-S-W)
5. Schwimmen
6. Bewegungsgestaltung, Tanz (BWGT)
7. Laufen, Ringen und Verteidigen
8. Fakultativ: Wassersport (Rudern, SUP)

Konkretionen – Ergänzungen zu den Themenbereichen

Sich fit halten: Wir nehmen regelmäßig mit Schülerinnen und Schülern, Eltern sowie Kolleginnen und Kollegen in verschiedenen Gruppen an schulübergreifenden Laufwettbewerben wie dem „Helgoland Staffelmarathon“ oder dem „Stadtwerke Lübeck Staffelmarathon“ teil.

Sportspiele: Zur Weihnachtszeit findet das traditionelle Volleyballturnier in Kooperation mit dem Johanneum zu Lübeck statt. Hier messen sich Mannschaften der Abiturjahrgänge sowie die Lehrermannschaften miteinander.

L-S-W: Im Bereich der Leistungsüberprüfung finden zusätzlich in den Klassen 5 bis 10 alle zwei Jahre die Bundesjugendspiele Leichtathletik statt.

Schwimmunterricht: ein verbindliches Halbjahresthema der Klassen 6 und 7.

Wassersport: Rudervorstellung des schuleigenen Vereins in Klasse 5 sowie Durchführung des Ruderwettbewerbs „Schnellste klasse Deutschlands“.

1 bis 8 (übergreifend): jährlicher, im zweiten Schulhalbjahr in Klassenstufen intern organisierter Sport- und Spieltag, an dem die gesamte Schulgemeinschaft beteiligt ist und sich in unterschiedlichen Sportarten misst.

Sekundarstufe I

Konkretion | 5. Klasse

Themen

Bereich		Inhalt, Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung
1	Sich fit halten	<ul style="list-style-type: none">Ausdauernd laufen, Pulsmessung, Durchhalten der Kanalrunde
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none">Schwerpunkt Völkerball; Ballschule, Ballkoordination, Wurf- und Fangtechnik bewerten
3	Turnen	<ul style="list-style-type: none">Boden: Rollbewegungen, Technikmerkmale, kleine KürBalken: ???
4	L-S-W	<ul style="list-style-type: none">Leichtathletik: Wurf 80g Ball, Schlagwurftechnik, Weitenmessung
	Medienbeitrag	<ul style="list-style-type: none">Wohlbefinden durch Bewegung/ Ausgleich zur digitalen Welt

Konkretion | 6. Klasse

Themen

Bereich		Inhalt, Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung
1	Sich fit halten	<ul style="list-style-type: none">Ausdauernd laufen, Wiederholungsmethode, Leistungssteigerung

		<ul style="list-style-type: none"> der Kanalrunde Koordinative Grundschulung, koordinative und konditionelle Fähigkeiten definieren können, mündliche Übungsbeschreibung
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt Unihockey; Ballschule, Rückschlag, Technikprüfung
3	Turnen	<ul style="list-style-type: none"> Boden: Handstand/ Rad(rechts/ links)/ Rondat in Verbindung mit Rollbewegungen, Technikmerkmale und Koordination, kleine Kür Reck: Aufschwung, Unterschwung, Umschwung - Grundlagen
4	L-S-W	<ul style="list-style-type: none"> Leichtathletik: Weitsprung, Rhythmisierung, Weitenmessung
5	Schwimmen	<ul style="list-style-type: none"> Brustschwimmen, Rhythmisierung, 50m und 200m Zeitschwimmen Brust, Sicherheit im Wasser
	Medienbeitrag	<ul style="list-style-type: none"> Fitness im Kontext digitaler Umgebung (Ausdauer und Kraft)

Konkretion | 7. Klasse

Themen

Bereich			Inhalt, Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung
1	Sich fit halten		<ul style="list-style-type: none"> Ausdauernd laufen, Pulsmessung, Kanalrunde mit Zeitmessung
2	Sportspiele		<ul style="list-style-type: none"> Indian-Dutch, Spielregeln kennen und gestalten, Modifikationen entwickeln und festhalten (use/modify/create)
3	Turnen		<ul style="list-style-type: none"> Barren, Stützkraft entwickeln/ Schwingen lernen, kleine Kür Akrobatik, grundlegende Formationen, kleine Kür (mit Musik)
4	L-S-W		<ul style="list-style-type: none"> Leichtathletik: Hochsprung, unterschiedliche Formen kennen, individuelle Leistungssteigerung erfahren (an eigene Körpergröße heranspringen) Leichtathletik: Wurf 200g Ball, Anlaufrhythmisierung, Weitenmessung
5	Schwimmen		<ul style="list-style-type: none"> Brust- und Kraulschwimmen, Rhythmisierung mit Wende, 50m und 200m Zeitschwimmen Brust, 50m Zeitschwimmen Kraul, Leistungsüberprüfung Schwimmabzeichen Bronze, Sicherheit im Wasser
	Medienbeitrag		<ul style="list-style-type: none"> Fitness im Kontext digitaler Umgebung (Anspannung und Entspannung))

Konkretion | 8. Klasse

Themen

	Bereich	Inhalt, Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung
1	Sich fit halten	<ul style="list-style-type: none"> Ausdauernd laufen, Trainingsmethoden, große Kanalrunde mit Zeitmessung
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt Basketball, Sportspiele zur Differenzierungsfähigkeit, Zeitmessung im Dribble-Parcours
3	Turnen	<ul style="list-style-type: none"> Minitramp, Sprung mit Rollbewegung auf den Mattenberg, Anlauf- und Sprung-Techniküberprüfung
4	L-S-W	<ul style="list-style-type: none"> Leichtathletik: Schleuderball, Anlaufrhythmisierung, Weitenmessung
7	Raufen und Ringen	<ul style="list-style-type: none"> Rauen und Ringen, Grundregeln des kompetitiven Miteinanders kennen (eigene Kämpfe durchführen) und anwenden (Sicherheit), Bodenkampfdemonstration
Medienbeitrag		<ul style="list-style-type: none"> Fitness-Apps kennen, Reflexion im Umgang mit Self-Tracking erarbeiten

Konkretion | 9. Klasse

Themen

	Bereich	Inhalt, Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung
1	Sich fit halten	<ul style="list-style-type: none"> Laufausdauertraining, Anstrengungsbereitschaft zeigen, 2000m-Lauf mit Zeitmessung
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt Fußball, Regeln kennen und Schiedsrichtertätigkeiten anwenden, Techniküberprüfung
3	Turnen	<ul style="list-style-type: none"> Tiefreck, Aufschwung und Umschwung, Hilfe- und Sicherheitsstellungen anwenden, Techniküberprüfung
4	L-S-W	<ul style="list-style-type: none"> Leichtathletik: Kugelstoßen, Kreisdrehbewegung, Weitenmessung
6	BGWT	<ul style="list-style-type: none"> Aerobic, Tanz/Gruppenchoreographie (Hip Hop), Kurzpräsentation
Medienbeitrag		<ul style="list-style-type: none"> Skalierung, Analyse und Auswertung von Daten

Konkretion | 10. Klasse

Themen

	Bereich	Inhalt, Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung
1	Sich fit halten	<ul style="list-style-type: none"> Laufausdauertraining, 2000m-Lauf mit Zeitmessung 30 Minuten ausdauernd laufen können
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt Volleyball, Antizipation in den großen Sportspielen, Spielerfolg bewerten (2 miteinander 2, ohne Aufschlag, Länge der Ballwechsel)

3	Turnen	<ul style="list-style-type: none"> Parcours, das eigene Wagnis einschätzen, Sicherheit im freien Turnen kennen, Bewertung der Durchführung eines Parcours
4	L-S-W	<ul style="list-style-type: none"> Leichtathletik: Speerwurf, Technik Arme, Weitenmessung
6	BGWT	<ul style="list-style-type: none"> Step-Aerobic, von der Formation zur Kür, Kürpräsentation
	Medienbeitrag	<ul style="list-style-type: none"> analoger Sport vs. digitaler Sport

Sekundarstufe II - Grundlegendes Niveau

Konkretion | Jahrgang E.1

Themen

Thema		Inhalt, Theorieanbindung und Leistungsüberprüfung
1	Fitness	<ul style="list-style-type: none"> Laufausdauertraining, Trainingsmethoden kennen und anwenden, 3000 m-Lauf mit Zeitmessung (10% der Gesamtnote des Halbjahres) Kraftraining
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt: Beachvolleyball, differenzierte Trainings- und Gruppenformen erlernen, Quattro-Mixed-Turnier (intern)
3	Leichtathletik	<ul style="list-style-type: none"> Speerwurf, Sicherheit im Sport gewährleisten, interner Klassenwettkampf
T1	Einführung in die Sportbiologie	<ul style="list-style-type: none"> Energiebereitstellung Aufbau, Funktion und Veränderung des Stütz- und Bewegungsapparates
T2	Grundlagen der Biomechanik	<ul style="list-style-type: none"> Gleichgewicht, Körperschwerpunkt, Stabilität
	Leistungsnachweis	<ul style="list-style-type: none"> Bewältigung einer sportlichen bzw. motorisch praktischen Aufgabe zu einem der Halbjahresthem und einer kognitiv-reflexiven Leistung - mündlich oder schriftlich.

Konkretion | Jahrgang E.2

Themen

Thema		Inhalt, Theorieanbindung und Leistungsüberprüfung
1	Fitness	<ul style="list-style-type: none"> Laufausdauertraining, 3000 m-Lauf mit Zeitmessung (10% der Gesamtnote des Halbjahres) Schnelligkeitstraining
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt: Basketball, Spezialisierungen der Positionen, Aus- und Bewertung im freien Spiel
3	Geräteturnen	<ul style="list-style-type: none"> Hochreck, Schwingen und Greifen, Aufzug und Umschwung, kleine Kür
T1	Auswirkungen von Training auf den menschlichen Organismus	<ul style="list-style-type: none"> Beweglichkeit, Haltung, Figur, Rückenschule
T2	Motorisches Lernen - Modelle zur Informationsverarbeitung	<ul style="list-style-type: none"> Instruktion und Feedback
Leistungsnachweis		<ul style="list-style-type: none"> Bewältigung einer sportlichen bzw. motorisch praktischen Aufgabe zu einem der Halbjahresthemen und einer kognitiv-reflexiven Leistung - mündlich oder schriftlich.

Konkretion | Jahrgang Q.1.1

Themen

Thema		Inhalt, Theorieanbindung und Leistungsüberprüfung
1	Fitness	<ul style="list-style-type: none"> Laufausdauertraining, Trainingslehre, 3000 m-Lauf mit Zeitmessung (10% der Gesamtnote des Halbjahres)
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> Schwerpunkt: Fußball, Anforderungen an spezielle Positionen kennen, Torschusswettbewerb
3	Leichtathletik	<ul style="list-style-type: none"> Startphase Sprint, Bewegungsanalyse, Verbesserung von Abläufen erfahren, Zeitmessung
Leistungsnachweis		<ul style="list-style-type: none"> Bewältigung einer sportlichen bzw. motorisch praktischen Aufgabe zu einem der Halbjahresthemen und einer kognitiv-reflexiven Leistung - mündlich oder schriftlich.

Konkretion | Jahrgang Q.1.2

Themen

Thema		Inhalt, Theorieanbindung und Leistungsüberprüfung
1	Fitness	<ul style="list-style-type: none"> Laufausdauertraining, Trainingslehre, 3000 m-Lauf mit Zeitmessung (10% der Gesamtnote des Halbjahres)

2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt: , Theorieanbindung, Leistungsüberprüfung
3	Turnen	<ul style="list-style-type: none"> • Stufenbarren/ Parallelbarren, Kippbewegungen erlernen, kleine Kür
	Leistungsnachweis	<ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung einer sportlichen bzw. motorisch praktischen Aufgabe zu einem der Halbjahresthemen und einer kognitiv-reflexiven Leistung - mündlich oder schriftlich.

Konkretion | Jahrgang Q.2.1

Themen

Thema		Inhalt, Theorieanbindung und Leistungsüberprüfung
1	Fitness	<ul style="list-style-type: none"> • Laufausdauertraining, Trainingslehre, 3000 m-Lauf mit Zeitmessung (10% der Gesamtnote des Halbjahres)
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt: Volleyball, Rotationsprinzipien kennen, Spiel mit festen Positionen und Läufersystem (4:2, 5:1) aufzeigen
3	Leichtathletik	<ul style="list-style-type: none"> • Sprintphasen, Anforderungen an die verschiedenen Phasen erfahren, differenzierte Zeitmessung einzelner Phasen anwenden und bewerten
	Leistungsnachweis	<ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung einer sportlichen bzw. motorisch praktischen Aufgabe zu einem der Halbjahresthemen und einer kognitiv-reflexiven Leistung - mündlich oder schriftlich.

Konkretion | Jahrgang Q2.2

Themen

Thema		Inhalt, Theorieanbindung und Leistungsüberprüfung
1	Fitness	<ul style="list-style-type: none"> • Laufausdauertraining, Trainingslehre, Pendellauf (10% der Gesamtleistungsnote)
2	Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> • Schwerpunkt: Tischtennis, Schlagtechniken (Vor-/Rückhand), Techniktest
3	Turnen	<ul style="list-style-type: none"> • Boden, gängige Elemente in Verbindung turnen, Kür
	Leistungsnachweis	<ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung einer sportlichen bzw. motorisch praktischen Aufgabe zu einem der Halbjahresthemen und einer kognitiv-reflexiven Leistung - mündlich oder schriftlich.