

Schulinternes Curriculum für das Fach Sport
Gymnasium Essen Überraehr – Sekundarstufe II

Inhalt

	Seite
1.1 Leitbild für das Fach Sport	3
1.2 Sportstättenangebot	4
2 Entscheidungen zum Unterricht	5
2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	6
2.1.1 Einführungsphase	6
2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs	7
2.2 Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“	16
3 Konzept zu außerunterrichtlichen Sportangeboten am GEÜ	17

1.1 Leitbild für das Fach Sport

Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.

Den Schülerinnen und Schülern des Gymnasiums Essen-Überruhr sollen darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung sieht es die Fachschaft als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport individuell zu unterstützen.

Das Gymnasium Essen-Überruhr fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstdisziplin etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im WP-Bereich sowie im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

1.2 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Schuleigener Sportplatz mit 4 Laufbahnen, 4 Sprunggruben, 2 Kugelstoßanlagen, Tartanmehrzweckplatz

Im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades (montags mittwochs und donnerstags 5. bis 6. Std.)
- Bezirkssportanlage in 10 Gehminuten erreichbar
- Ruhrwiesen als Laufstrecke im Umfeld der Schule
- Kooperationen mit den Ruder- und Kanuvereinen an der Ruhr

2 Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln.

Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können.

Die Darstellung der Inhalte erfolgt dabei auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die **Einführungsphase** vorgestellt. Die Fachkonferenz des Gymnasiums Essen-Überruhr hat hierfür ein verbindliches Profil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt, das parallel in allen Kursen der EF durchgeführt wird.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**. Hierzu findet eine Einwahl in Kursprofile über einen Wahlbogen vor Beginn der Qualifikationsphase statt.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zum Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben in der EF zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ für die Qualifikationsphase (Kapitel 2.1.2) empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen, die im Einzelnen auch den Kapiteln 2.2 bis 2.4 zu entnehmen sind. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel werden zunächst die verbindlichen Unterrichtsvorhaben die in allen EF-Kurs parallel durchgeführt vorgestellt. Die Reihenfolge kann je nach Sportstättenangebot und Witterungsbedingungen variieren. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, die mit ihren wählbaren Kursprofilen und den jeweiligen Kompetenzerwartungen vorgestellt werden.

2.1.1 Einführungsphase

Übersicht über die verbindlichen Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

Halbjahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. HJ	UV 1	Dehnen, Aufwärmen und Kräftigungsübungen als Grundlage der sportmotorischen Leistungsfähigkeit.
	UV 2	Ausdauer – Verschiedene Formen des Ausdauertraining kennenlernen und erproben
	UV 3	Einführung einer neuen Wurfdisziplin (z.B.: Diskus oder Speer)
	Freiraum	ca. 10 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
2. HJ	UV 4	Grundlegende Schwerpunkte des Geräteturnens am Beispiel von Boden, Sprung, Schwingen am Gerät – Grundlagen der Partnersicherung
	UV 5	Rückschlagspiel am Beispiel von Badminton – Erlernen der Grundtechnik Aufschlag anhand zweier verschiedener methodischen Lehrwege (z.B. differentielles Lernen, Methodische Übungsreihe) und seiner Anwendung im Spiel
	UV 6	Basketball – Anwendung des spielgemäßen oder genetischen Konzepts zur Vermittlung einer grundlegend Spielfähigkeit
	Freiraum	ca. 10 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Gymnasium Essen-Überruhr wird derzeit nur in Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen unterrichtet. Je nach Schülerzahl und -wahl können einige Kurs wegfallen bzw. mehrfach angeboten werden. Darüber hinaus können weitere neue Profile angeboten werden. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich derzeit folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile
1	<p>Leitende Inhaltsfelder: e , d</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Basketball, Streetball</p> <p>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3): leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</p>
2	<p>Leitende Inhaltsfelder: b, f</p> <p>Gymnastik/Tanz (6): Gymnastik, Tanz, Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste</p> <p>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1): Formen der Fitnessgymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung, Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode, Psychoregulative Verfahren zur Entspannung, Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</p> <p>Bewegen an Geräten – Turnen (5): Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen</p>
3	<p>Leitende Inhaltsfelder: e, d</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Badminton, Volleyball, Beachvolleyball, Tischtennis</p> <p>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1): Formen der Fitnessgymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung, Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode, Psychoregulative Verfahren zur Entspannung, Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</p>
4	<p>Leitende Inhaltsfelder: e, d</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Fußball, (Beachsoccer, Futsal), Alternative Spiel- und Sportspielvarianten (z.B. Flagfootball, Baseball, Intercrosse)</p> <p>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3):</p>

	leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
5	<p>Leitende Inhaltsfelder: c, e</p> <p>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Basketball, Rückschlagspiele (z.B. Badminton, Volleyball, Tischtennis, u.a.)</p> <p>Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (8): Fortbewegung auf Rädern und Rollen, z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren/ Gleiten auf dem Wasser, z.B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski/ Gleiten auf Eis und Schnee, z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboard fahren, Eislaufen und Eisschnelllauf</p>
6	<p>Leitende Inhaltsfelder: e, c</p> <p>Ringens und Kämpfen – Zweikampfsport (9): Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt, z.B. Ringen, Judo Zweikampfformen mit Gerät, z.B. Fechten, Kendo</p> <p>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Badminton, Volleyball, Beachvolleyball</p>

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen:

<p>Kursprofil 1 - Profilbildende Bewegungsfelder: Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Basketball, Streetball Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3): leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</p>	<p>Profilbildende Inhaltsfelder IF e Kooperation und Konkurrenz IF d Leistung</p> <p>sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/c/d/e</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 7	Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Schwerpunkt: Basketball	<p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, • In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen, • selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen, • Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
BWK 3	Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z. B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	<p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren, • einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen, • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten), • alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z. B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten, • historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

<p>Kursprofil 2 - Profilbildende Bewegungsfelder: Gymnastik/Tanz (6): Gymnastik, Tanz, Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1): Formen der Fitnessgymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung, Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode, Psychoregulative Verfahren zur Entspannung, Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung Bewegen an Geräten – Turnen (5): Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen</p>	<p>Profilbildende Inhaltsfelder IF b Bewegungsgestaltung IF f Gesundheit</p> <p>sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/c/d/e</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 1	<p>Formen der Fitnessgymnastik Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode Psychoregulative Verfahren zur Entspannung Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ • Die Schülerinnen und Schüler können • Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen, • sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten, • selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden, • unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden, • selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen, • funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.

<p>BWK 5</p>	<p>Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ • Die Schülerinnen und Schüler können • eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren, • eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren, • am Bodeneine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren, • an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen, • Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.
------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>Kursprofil 3 - Profilbildende Bewegungsfelder: Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Badminton, Volleyball, Beachvolleyball, Tischtennis Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1): Formen der Fitnessgymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung, Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode, Psychoregulative Verfahren zur Entspannung, Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</p>	<p>Profilbildende Inhaltsfelder IF e Kooperation und Konkurrenz IF d Leistung sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/c/d/e</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 7	Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiac, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, • indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen, • selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen, • Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
BWK 1	Formen der Fitnessgymnastik Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode Psychoregulative Verfahren zur Entspannung Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen, • sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten, • selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden, • unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell anwenden, • selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen, • funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.

<p>Kursprofil 4 - Profilbildende Bewegungsfelder: Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Fußball, (Beachsoccer, Futsal), Alternative Spiel- und Sportspielvarianten (z.B. Flagfootball, Baseball, Intercrosse) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3): leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</p>	<p>Profilbildende Inhaltsfelder IF e Kooperation und Konkurrenz IF d Leistung sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/c/d/e</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 7	Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, • indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen, • selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen, • Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
BWK 3	Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z. B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> • Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren, • einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen, • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten), • alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z. B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten, • historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Kursprofil 5

<p>Kursprofil 5 - Profilbildende Bewegungsfelder: Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Basketball, Rückschlagspiele (z.B. Badminton, Volleyball, Tischtennis, u.a.) Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (8): Fortbewegung auf Rädern und Rollen, z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren/ Gleiten auf dem Wasser, z.B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski/ Gleiten auf Eis und Schnee, z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboard fahren, Eislaufen und Eisschnelllauf</p>	<p>Profilbildende Inhaltsfelder IF c Wagnis und Verantwortung IF e Kooperation und Konkurrenz sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/c/d/e</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 7	<p>Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, • indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvhalten bewältigen, • selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen, • Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
BWK 8	<p>Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z. B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboardfahren) Gleiten auf dem Wasser (z. B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski) Gleiten auf Eis und Schnee (z. B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Techniken der ausgewählten Gleit-, Fahr- oder Rollsportart sicher ausführen und sie in unterschiedlichen Situationen (u. a. Gelände, Witterungsbedingungen) einsetzen, • in komplexen Situationen Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät variabel demonstrieren, • eine sportartspezifisch festgelegte Lang- und/oder Kurzstrecke in einer bestimmten Zeit unter wett-kampfnahen Bedingungen absolvieren.

<p>Kursprofil 6 - Profilbildende Bewegungsfelder_ Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (9): Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt, z.B. Ringen, Judo Zweikampfformen mit Gerät, z.B. Fechten, Kendo</p> <p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7): Badminton, Volleyball, Beachvolleyball</p>	<p>Profilbildende Inhaltsfelder IF e Kooperation und Konkurrenz</p> <p>IF c Wagnis und Verantwortung</p> <p>sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/c/d/e</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Übersicht über die Kompetenzerwartungen in diesem Kursprofil

BWK	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
BWK 9	Zweikampfnormen mit direktem Körperkontakt (z. B. Ringen, Judo) Zweikampfnormen ohne direkten Körperkontakt (z. B. Taekwondo, Karate) Zweikampfnormen mit Gerät (z. B. Fechten, Kendo)	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> •in Kampfsituationen unterschiedliche Positionen und Bewegungen der Gegnerin bzw. des Gegners zum eigenen Vorteil nutzen, •in Zweikampfsituationen günstige Bedingungen herstellen, um eigenes Angriffsverhalten erfolgreich zu realisieren, •durch angemessene Verteidigungs-/Konterhandlungen oder/und vielseitige taktische Angriffsmaßnahmen (z. B. Manöver, Kombination) zum Erfolg gelangen.
BWK 7	Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. Badminton, Tennis, Tischtennis) Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z. B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)	Die Schülerinnen und Schüler können <ul style="list-style-type: none"> •indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, •indem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen, •selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen, •Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

2.2 Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“

sehr gut	gut
<p>Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.</p>	<p>Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.</p>
befriedigend	ausreichend
<p>Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.</p>	<p>Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.</p>
mangelhaft	ungenügend
<p>Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.</p>	<p>Die Schülerin/der Schüler zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.</p>

3 Konzept zu außerunterrichtlichen Sportangeboten am GEÜ

Bewegung ist ein menschliches Grundbedürfnis und ein wichtiger Baustein für eine gute körperliche und geistige Entwicklung. Besonders Kinder und Jugendliche wollen sich bewegen, um die Wette rennen oder gemeinsam mit einem Ball spielen. Eine gute Gesundheit, körperliche Fitness und ausreichende Bewegung fördern zudem nachhaltiges Lernen. Es sind wesentliche Aspekte einer ganzheitlichen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Das Gymnasium Essen-Überruhr möchte daher den Schülerinnen und Schülern vielseitige Bewegungsangebote ermöglichen. Im Folgenden werden Aspekte dargestellt, mit deren Hilfe das GEÜ das Konzept „Bewegte Schule“ umsetzt.

BEWEGTE SCHULE

Bewegtes Schulgelände

Schule ist nicht nur ein Lernraum, sondern auch ein Lebensraum, in dem viele soziale und sinnliche Erfahrungen gemacht werden. Ein zentraler Aspekt ist hierbei die Gestaltung der Lernumgebung. Besonders die weitläufige, begrünte Campusanlage des GEÜs ist so konzipiert, dass selbständige und vielseitige Bewegungsaktivitäten möglich sind. Neben den Sand- und Grünflächen ist z. B. der Sportplatz jederzeit zugänglich. Hier können Fußball, Basketball oder Volleyball in vielen kleinen oder großen Gruppen gespielt werden. Wer sich viel bewegt, muss auch die Möglichkeit der Erholung bekommen. Viele verschiedene Sitzgruppen, verschiedene Ruhezone und ein Ruheraum sollen den Schülerinnen und Schülern das Ausruhen und Entspannen ermöglichen.

Sporthelferinnen und Sporthelfer

Ein wichtiger Baustein im Konzept der „Bewegten Schule“ ist die Ausbildung zur Sporthelferin bzw. zum Sporthelfer. Sporthelferinnen und Sporthelfer sind speziell ausgebildete Schülerinnen oder Schüler, die im Ganztage verschiedene Sport- und Spielaktivitäten für Schüler organisieren und durchführen. „Von Schülerinnen und Schülern für Schülerinnen und Schüler“ ist der Ansatz, den das GEÜ hierbei verfolgt, da vor allem das gemeinsame Lernen und Sporttreiben, das Zusammensein mit Gleichaltrigen und Freunden ein prägender Punkt im Leben junger Menschen ist.

Ausgebildet werden Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufe 9, die im Laufe ihrer Schullaufbahn gezeigt haben, dass sie Verantwortung für sich und ihre Mitschüler im Bereich Sport übernehmen können. Die Betreuung des Pausensports, eigenständige Planung und Durchführung von AGs, unterstützende Hilfe bei Sportveranstaltungen, die Einsatzmöglichkeiten für die Sporthelferinnen und Sporthelfer sind dabei vielfältig.

Bewegte Pause(n) am GEÜ

Besonders in den unterschiedlichen Pausen bieten sich ausgleichende Bewegungszeiten an. Verschiedene Konzepte sollen den Bewegungsdrang der Schülerinnen und Schüler fördern und ihm gerecht werden.

Mittagspause

Während der großen Mittagspausen am Montag, Mittwoch und Donnerstag werden verschiedenste Spiel- und Sportmaterialien zur Verfügung gestellt. Die Schülerinnen und Schüler können sich Seilchen, Einzel- oder Partnerpedalos, Fußbälle, Volleybälle, Basketbälle, Stelzen, große oder kleine Tore, Tischtennisschläger und vieles mehr ausleihen – es dürfte für jeden etwas dabei sein. Betreut werden die Schülerinnen und Schüler von Sporthelferinnen und Sporthelfern der Schule. Sie leiten die Materialausgabe, geben Tipps und können vielfältige Spiel- und Bewegungsideen anregen.

Große Pausen

Für verschiedene Bewegungsmöglichkeiten in den kleinen und großen Pausen erhält jede 5. Klasse zum Start an unserer Schule eine „Bewegungskiste“ mit den unterschiedlichsten Materialien. Frisbee, Basketball, Gummi-Twist oder ein Boule-Spiel können folglich immer genutzt werden. Jede freie Zeit kann somit zur Bewegungszeit werden. Die Aufbewahrung, Nutzung und Pflege liegt in der Eigenverantwortung der Klassen.

Bewegte Schulfeste

Aus zwei Spieletonnen können jederzeit Spiel- und Sportgeräte auf Wunsch bestellt und bereitgestellt werden, so dass jedes Schulfest mit Bewegungselementen bereichert werden kann, wie z.B. Abschlussabende beim Schüleraustausch, Klassenfeste an der Grillhütte, Betreuung der 5er-Klassen durch die Mentoren. Häufig kommen die Schülerinnen und Schüler unserer Schule auch außerhalb des Regelunterrichts zusammen. Das Engagement der Menschen an unserer Schule ist groß und vielseitig. Durch die Möglichkeit der Ergänzung von Bewegungsangeboten werden die Angebote an unserer Schule differenzierter und können somit noch besser den Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler angepasst werden.

Sportfahrten als Klassenerlebnis

Der spürbare Wandel des eigenen Körpers, das aufkommende Interesse für das andere Geschlecht und viele andere Faktoren führen mit Beginn der Pubertät häufig zu Unsicherheiten, Frustrationen und schließlich zu Konflikten innerhalb einer Klasse. Das GEÜ hat sich daher entschlossen, in der Jahrgangsstufe 7 eine Klassenfahrt mit dem Schwerpunkt Sport durchzuführen.

Mithilfe von erlebnispädagogischen Herausforderungen soll gezielt die Klassengemeinschaft gestärkt werden. Im Mittelpunkt steht dabei die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler, die durch reale und unmittelbare Erfahrungen und Erlebnisse ermöglicht werden soll. Denken, Handeln und Fühlen sollen eine Einheit bilden: Lernen mit Kopf, Herz und Hand.

Ein erlebnisorientierter Aufenthalt auf Borkum, das Windsurf-Kanuangebot in Norden oder der Besuch des Sportzentrums in Hachen – die Möglichkeiten sind vielfältig und für jede Klasse ist etwas Passendes dabei.

Schulturniere

Sport verbindet - nirgendwo sieht man dieses so deutlich wie bei unseren Schulwettkämpfen. Neben unseren klassischen Sportwettbewerben, den Bundesjugendspielen und dem GEÜ-Wintersportfest, werden jährlich der Winter-Fußball-Cup, sowie der Sommer-Volleyball-Cup ausgetragen, bei denen das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund steht.

Unsere Turniere sind beliebte Anlaufpunkte auch für ehemalige Schülerinnen und Schüler, welche immer wieder gerne als Teilnehmer begrüßt werden. Es gibt ihnen die Möglichkeit, ihre (nachhaltige) Bindung zur Schule erhalten zu können.

Für ein angemessenes Rahmenprogramm sorgen verschiedene Gruppen unserer Schule: die Licht- und Ton-AG sorgt für stimmige Musik, die SV stellt Getränke und Grillwürstchen bereit, die Schulfotografen halten die Ereignisse auf Bildern fest und die Schulsanitäter sind zur Stelle, falls Verletzungen auftreten.