

# Übersicht über die bewegungsspezifischen Kompetenzerwartungen in der Einführungsphase



Lern- und Bewegungsfelder	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen
<p><b>Laufen, Springen, Werfen</b> <i>Leichtathletische Disziplinen</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf, etc.).</li> <li>✓ einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</li> </ul>
<p><b>Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen</b> <i>Bewegen im Wasser</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik (einschließlich Start und Wende ausführen).</li> <li>✓ Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.</li> </ul>
<p><b>Turnen und Bewegungskünste</b> <i>Bewegen an Geräten</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebbalken, Schaukelringe, etc.) ausführen und miteinander kombinieren.</li> <li>✓ turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren (z.B. Minitramp, Akrobatik, etc.).</li> <li>✓ Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> </ul>
<p><b>Gymnastisches &amp; tänzerisches Bewegen</b> <i>Gestalten, Tanzen, Darstellen</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Gesellschafts- und Modetanz, etc.) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.</li> <li>✓ ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen (z.B. Ballkorobics, „Jonglieren“, etc.)</li> </ul>
<p><b>Spielen</b> <i>in und mit Regelstrukturen</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>✓ Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</li> </ul>
<p><b>Bewegen auf rollenden &amp; gleitenden Geräten</b> <i>Dynamische Gleichgewichtsfähigkeit</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.</li> <li>✓ in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen</li> </ul>
<p><b>Kämpfen</b> <i>Zweikampfsport</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden.</li> <li>✓ in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen und darauf adäquat reagieren.</li> </ul>
<p><b>Den Körper wahrnehmen &amp; Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b> <i>Erweiterte Lern- und Bewegungserfahrung</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training, Trimm-Dich, etc.) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit) präsentieren.</li> <li>✓ unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.</li> <li>✓ die Koordinationsfähigkeiten (Balancieren, Jonglieren, komplexe Spielsituationen aus verschiedenen Sportarten, motorische Basistests, Bewegungskombinationen, etc.) umfangreich erweitern.</li> </ul>

# Übersicht über die erwartete Handlungskompetenz am Ende der Einführungsphase

PROZESSBEZOGENE & INHALTSBEZOGENE KOMPETENZBEREICHE

Philipp  
Melanchthon  
Gymnasium  
Meine



FACHGRUPPE SPORT

Methodenkompetenz	Sozialkompetenz	Selbstkompetenz	Sachkompetenz
Die Schülerinnen und Schüler...			
wenden elementare Ausdauer- und Krafttrainingsmethoden funktional an.	arbeiten in verschiedenen Sozialformen und Gruppenzusammensetzungen ziel- und sachorientiert.	sind in der Lage, ihr individuelles Wohlbefinden durch Sport, Spiel und Bewegung positiv zu beeinflussen.	zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten.
werten einfache Bewegungsabläufe und Spielhandlungen nach Kriterien aus.	lösen in Bewegungs- und Spielsituationen auftretende Konflikte.	verfügen über eine elementare Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen.	wenden grundlegende Bewegungstechniken in den gewählten Individualsportarten an.
geben anhand von Beobachtungsbögen gezielte Bewegungskorrekturen.	verhalten sich in Wettkämpfen regelgerecht und fair.	stellen sich durch Bewegung dar und demonstrieren Bewegungslösungen.	wenden spielspezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten in den gewählten Sportarten an.
entwickeln, organisieren und leiten Spiele.	helfen und sichern im Lern- und Übungsprozess.	schätzen Risiken beim Sport realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele.	setzen gruppen- und mannschaftstaktische Strategien im Spiel um.
verändern Regeln und Bewegungsideen zielorientiert und situationsgerecht.	-	treffen bewusste Entscheidungen für die eigene sportliche und körperliche Entwicklung.	erklären grundlegende Sachverhalte der Bewegungs- und Trainingswissenschaft.
-	-	-	steigern ihre Leistung durch beständiges Üben und Trainieren.
-	-	-	beschreiben die Grundzüge der gegenwärtigen Sport- und Bewegungskultur und deren Organisationsformen.