

## **Bewegungsfelder (BF)/ Sportbereiche (SB) + Spezialisierung der Inhaltsfelder (IF)**

1. Körper wahrnehmen/ Bewegungsfähigkeiten ausprägen (SB 1) + Gesundheit (f)
2. Bewegen an Geräten (SB 5) + Bewegungsgestaltung (b) / Wagnis und Verantwortung (c)
3. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste (SB 6) + Bewegungsgestaltung (b)
4. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (SB 7) + Kooperation und Konkurrenz (e) / Leistung (d) / Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

### **1. Körper wahrnehmen/ Bewegungsfähigkeiten ausprägen (SB 1) + Gesundheit (f)**

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft oder Ausdauer) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Leistung (d)**

##### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.

##### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

##### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Gesundheit (f)**

##### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

##### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

##### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

## **2. Bewegen an Geräten (SB 5) + Bewegungsgestaltung (b) / Wagnis und Verantwortung (c)**

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Sprung, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.
- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Bewegungsgestaltung (b)**

#### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

#### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

#### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Wagnis und Verantwortung (c)**

#### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

#### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

#### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

### **3. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste (SB 6) + Bewegungsgestaltung (b)**

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.
- ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Bewegungsgestaltung (b)**

##### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

##### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

##### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

#### **4. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (SB 7) + Kooperation und Konkurrenz (e) / Leistung (d) / Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

##### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

##### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Kooperation und Konkurrenz (e)**

###### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

###### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

###### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

##### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

###### **Sachkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.

###### **Methodenkompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

###### **Urteilskompetenz:**

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.