

Wahlpflichtfach Sport

Integrierte Gesamtschulen

Realschulen

Regionale Schulen

Speyer

2002

Ständige Mitglieder der Arbeitsgruppe

Graf, Gabriele	Regionale Schule Wörth
Himmen, Gero	Regionale Schule Meisenheim
Kreft, Günter	Integrierte Gesamtschule Wörrstadt
Tokarski, Herbert	Studienseminar Mainz (Gymnasium)

Beiträge zu ausgewählten Modulen

Bach, Martin	Realschule Schweich
Zahnhausen, Lutz	Integrierte Gesamtschule Koblenz

Vorwort

Dem Wahlpflichtbereich kommt an Realschulen, Regionalen Schulen und Integrierten Gesamtschulen besondere Bedeutung zu, da die Schülerinnen und Schüler so die Möglichkeit erhalten, unter verschiedenen Fächern ein Fach entsprechend ihrem besonderen Interesse und ihren Neigungen auszuwählen.

Durch diese Entscheidung beteiligen sich die Schülerinnen und Schüler aktiv an ihrer schulischen Entwicklung, übernehmen damit eine besondere Verantwortung und zeigen in der Folge auch eine besondere Identifikation mit ihrer Wahl.

Dies gilt auch für das Wahlpflichtfach Sport, bei dem es im Besonderen darauf ankommt, in altersgerechter Weise Praxis und Theorie zu verbinden, allein schon deswegen, um vergleichbaren Ansprüchen mit anderen Wahlpflichtfächern gerecht zu werden.

Ein Wahlpflichtfach Sport ermöglicht - wie andere Wahlpflichtfächer auch - das Erreichen besonderer Qualifikationen, die für die weitere schulische Ausbildung oder für den beruflichen Werdegang von besonderer Bedeutung sind. Dass dabei die in den letzten Jahren nicht zu übersehende Ausweitung der Berufsmöglichkeiten in den Bereichen Sport, Gesundheit, Fitness und Freizeit eine besondere Rolle spielt und zur Attraktivität eines solchen Wahlpflichtfaches beiträgt, soll nicht unerwähnt bleiben.

Mit diesem Lehrplan hat die Arbeitsgruppe Neuland betreten. Ich danke ihr deshalb für die besonders qualifizierte Arbeit und ihr großes Engagement. Ich bitte die Schulen, die sich für die Einrichtung eines Wahlpflichtfaches Sport entscheiden, sich mit dem Arbeitsplan kritisch auseinanderzusetzen und der Arbeitsgruppe entsprechende Stellungnahmen, aber auch besonders gelungene Beispiele bei der Umsetzung in die unterrichtliche Praxis zukommen zu lassen.

Doris Ahnen

Ministerin für Bildung, Frauen
Und Jugend Rheinland-Pfalz

Gliederung:

1. Allgemeine Funktionen und Ziele des Wahlpflichtfaches Sport	S. 5
2. Spezifische Funktionen und Ziele des Wahlpflichtfaches Sport	S. 6
2.1 Übersicht über die Konzeption des Lehrplans Sport Sekundarstufe I	S. 6
2.2 Vertiefung und Erweiterung als Merkmale des Wahlpflichtfaches Sport	S.10
2.3 Zur Berufsorientierung im Wahlpflichtfach Sport	S.12
3. Voraussetzungen für die Einrichtung des Wahlpflichtfaches Sport	S.14
4. Inhaltliche Bausteine	S.14
4.1 Struktur und Themen der Module	S.14
4.2 Möglichkeiten des Zugangs zu den Inhalten der Module	S.16
4.3 Empfehlungen zur Verknüpfung von Praxis und Theorie	S.17
4.4 Die einzelnen Module	S.18
5. Hinweise zu Notengebung und Leistungsbeurteilung	S.46

1. Allgemeine Funktionen und Ziele des Wahlpflichtfaches Sport

Der Wahlpflichtbereich hat im Kanon der Schulfächer einen besonderen Stellenwert. Zu Beginn der Klassenstufe 7 wird den Schülerinnen und Schülern die Wahl eröffnet, ein Fach nach persönlichen Wünschen und Neigungen auszusuchen. Dieses in den kommenden Jahren zwei- bis vierstündig unterrichtete Fach wird bei der Versetzung sowie beim Erwerb von Abschlüssen und Berechtigungen als Hauptfach gewertet. Diese Wahlmöglichkeit wird in Rheinland-Pfalz für Integrierte Gesamtschulen, Realschulen und Regionale Schulen angeboten.

Für die Realschulen sind in der VV über die Stundentafeln vom 10.04.1992-943 A - Tgb. Nr. 1063/9 1 (Amtsbl. S. 289) - einzelne Wahlpflichtfächer festgelegt, für die Lehrpläne in Kraft gesetzt sind. Gemäß VV über die Gestaltung schuleigener Schwerpunkte und Profile an Realschulen vom 08.04.1998 -1547 B - Tgb. Nr. 1840 (GAmtsbl. S. 272) können die Realschulen anstelle eines in der Stundentafel festgelegten zweistündigen Wahlpflichtfaches der Klassenstufen 7 und 8 (insgesamt vier Wochenstunden) ein eigenes Wahlpflichtfach einführen. Dies gilt selbstverständlich auch für Sport.

Darüber hinausgehende Anträge sind an die Schulaufsicht zu richten und im Rahmen der an der jeweiligen Schule gegebenen Differenzierungsbedingungen und -möglichkeiten zu entscheiden. Zu einem späteren Zeitpunkt wird auf der Grundlage dann vorliegender Erfahrungen zu entscheiden sein, ob Sport auch als Wahlpflichtfach der Klassenstufen 9 und 10 in der Stundentafel verankert werden kann und soll.

Vor allem den folgenden Aufgaben und angestrebten Zielen kommt der Wahlpflichtbereich entgegen:

- Durch die Wahl werden die Schülerinnen und Schüler an der Planung ihres eigenen schulischen Werdeganges beteiligt. Dies stärkt die Verantwortungsbereitschaft.
- Der Leistungsvielfalt und den Neigungen der Schülerinnen und Schüler wird in vielfacher Weise Rechnung getragen.
- Die Vermittlung von Grundwissen in den allgemein bildenden Fächern ist ebenso von Bedeutung wie die Vermittlung von Methoden und Techniken, die im Bereich der Wahlpflichtfächer eine besondere Rolle spielen.
- Die Schülerinnen und Schüler erlangen Qualifikationen in einem Berufsfeld oder erarbeiten sich die Voraussetzungen für einen weiteren schulischen Ausbildungsprozess.
- Die Schule kann in diesem Bereich dem Ziel der Öffnung nach innen und außen in idealer Weise nachkommen.

Alle erwähnten Kriterien lassen sich im Wahlpflichtfach Sport verwirklichen. Der Unterricht im Wahlpflichtfach Sport verbindet in altersgerechter Weise die Praxis mit der Theorie im Fach Sport (Praxis-Theorie-Verbund). Schülerinnen und Schüler haben auch die Möglichkeit, in einzelnen Sportarten Fähigkeiten und Fertigkeiten zu entwickeln, die im normalen Sportunterricht nicht erreicht werden können. Jungen und Mädchen werden gemeinsam unterrichtet.

Im praktischen Teil soll besonderer Wert auf die individuelle Leistungssteigerung unter dem Aspekt des persönlichen Erfolgserlebnisses gelegt werden. Die Förderung sportlicher Spitzenleistungen steht dabei nicht im Vordergrund.

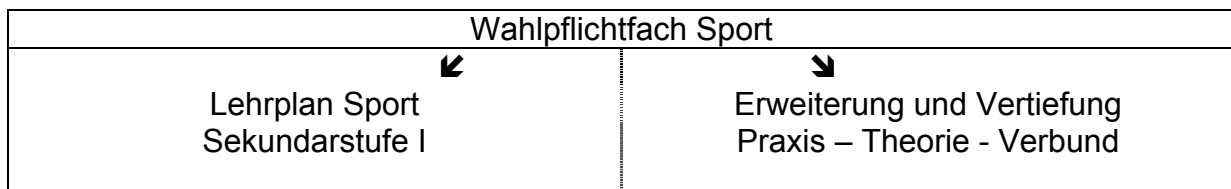
Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlicher sportlicher Leistungsfähigkeit sollen in der Kooperationsfähigkeit gefördert werden. Sie sollen befähigt und motiviert werden, Sportarten in Theorie und Praxis zu erlernen und selbst zu erleben, so dass sie auch über die Schulzeit hinaus aktiv Sport treiben und andere im Sporttreiben unterstützen. Die gesundheitliche Bedeutung des Sports steht dabei stets im Vordergrund. Aufgabe des Sportunterrichts ist es zudem, soziale Verhaltensweisen zu entwickeln und zu fördern.

Die theoretischen Erkenntnisse bilden zusammen mit den praktischen Erfahrungen die Grundlage für die schriftlichen Arbeiten, welche - genau wie in anderen Wahlpflichtfächern - Teil der Beurteilung der Schülerin bzw. des Schülers sind. Gute Voraussetzung für das Fach Sport sind sportliches Interesse, körperliche Belastbarkeit sowie die Bereitschaft, neue Sportarten in Praxis und Theorie kennen zu lernen.

2. Spezifische Funktionen und Ziele des Wahlpflichtfaches Sport

Im Lehrplan Sport SI (Klassenstufen 5 – 9/10, Grünstadt 1998) wird die "Handlungsfähigkeit im Sport" als allgemeine Zielvorstellung für den Schulsport beschrieben. Die Leitgedanken und die grundlegenden Aussagen gelten auch für den Sportunterricht im Wahlpflichtfach.

Die hier verfügbare zusätzliche Anzahl von Unterrichtsstunden bietet jedoch die Möglichkeit, den Schülerinnen und Schülern eine auch qualitativ umfassendere Ausbildung im Sport anzubieten.



2.1 Übersicht über die Konzeption des Lehrplans Sport Sekundarstufe I

Im Lehrplan Sport SI (Klassenstufen 5 – 9/10) sind hierzu bereits grundlegende Aussagen gemacht, die in der gebotenen Kürze auf den folgenden Seiten dargestellt werden.

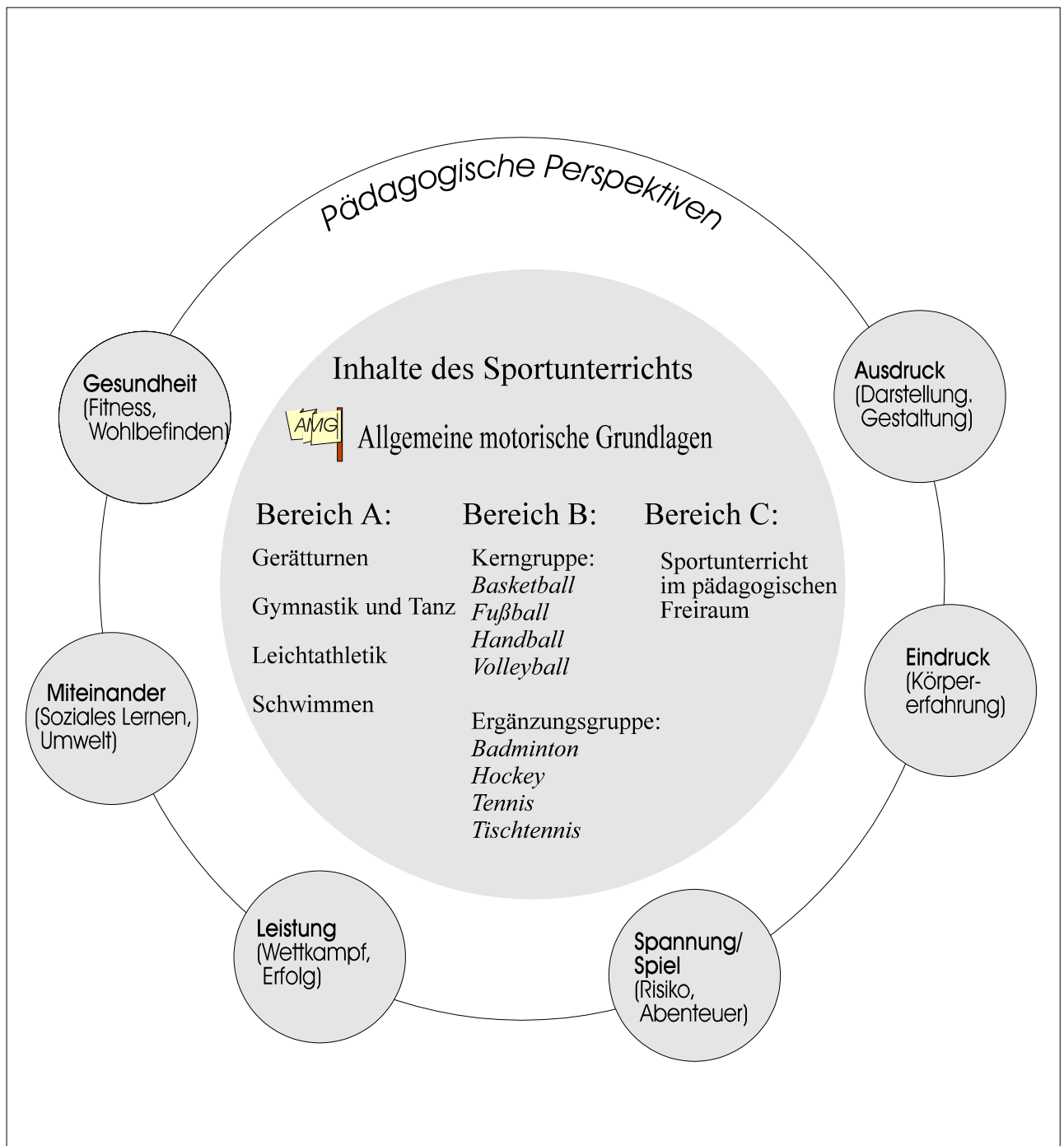
Die angestrebte Handlungsfähigkeit umfasst die Bereiche Sachkompetenz, Methodenkompetenz und Sozialkompetenz. Diese Kompetenzen sind als ganzheitliche Befähigungen zu verstehen, die auf die Entfaltung der Persönlichkeit im motorischen, kognitiven und sozialen Bereich angelegt sind; sie sollen fächerübergreifend anwendbar und für den außerschulischen Bereich tauglich sein. Dem Fach Sport in der Sekundarstufe I kommt die Aufgabe zu, die sportliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler weiter zu entwickeln.

Die dem Fach Sport eigene Bewegungs- und Handlungsorientierung ermöglicht es den Schülerinnen und Schülern, unmittelbare Erfahrungen zu sammeln. Das Fach

Sport leistet damit einen nicht austauschbaren und unverzichtbaren Beitrag zur Bildung.

Die Inhalte des Begriffes "Sport" ändern, erweitern und differenzieren sich kontinuierlich zwischen den Polen Breiten- und Leistungssport im Kontext von Bewegung, Spiel und Sport. Der Schulsport muss diese Veränderungen nach pädagogischen Kriterien auf ihre Eignung für den Unterricht prüfen. Dabei erscheint es zeitgemäß, ergänzend zu den traditionellen Sportarten neue Sportarten sowie aktuelle Bewegungsformen mit einzubeziehen. Zudem soll der Sportunterricht einen mehrperspektivischen Zugang zum Phänomen „Sport“ ermöglichen.

Die folgende Darstellung ermöglicht einen Überblick über die didaktische Konzeption des Lehrplanes Sport S I, in dessen Kern Sportarten stehen, die in der Verknüpfung mit pädagogischen Perspektiven ihre besondere Ausprägung erfahren.



Im didaktischen Ansatz von D. KURZ erhalten folgende sportpädagogische Perspektiven besondere Bedeutung:

- Leistung (Wettkampf, Erfolg)
- Spannung /Spiel (Risiko, Abenteuer)
- Eindruck (Körpererfahrung)
- Gesundheit (Fitness, Wohlbefinden)
- Ausdruck (Darstellung, Gestaltung)
- Miteinander (soziales Lernen, Umwelt)

(Aus: Kurz, D.: Sport mehrperspektivisch unterrichten - warum und wie? In Zieschang, K./ Buchmeier, W. (Hrsg): Sport zwischen Tradition und Zukunft, Schorndorf 1992, S. 15-18.)

Die Vielfalt dieser Sinnrichtungen kann nicht in einer Unterrichtseinheit und auch nicht an allen Inhalten realisiert werden, sondern ist eher als eine Langzeitaufgabe zu verstehen; dies bedeutet, dass Schülerinnen und Schüler im Laufe ihrer Schulzeit erfahren sollen, welche unterschiedliche Gestalt Inhalte unter verschiedenen Perspektiven annehmen können (z.B. das Laufen unter den Perspektiven Leistung, Gesundheit oder Eindruck, das Schwimmen unter den Perspektiven Leistung, Miteinander oder Gesundheit); somit können die Perspektiven sportartspezifisch akzentuiert oder miteinander verbunden werden.

In dieser Offenheit wird es möglich, Schülerinnen und Schüler über vielfältige thematische Zugänge mit den Inhalten von Sport vertraut zu machen. Übergeordnetes Ziel ist eine umfassende Handlungsfähigkeit im Sport; diese schließt neben der motorischen Dimension auch kognitive Aspekte des Sportbegreifens und soziale Aspekte des sportlichen Miteinanders ausdrücklich ein.

Im Bereich **Sachkompetenz** sollen Schülerinnen und Schüler in die Lage versetzt werden, sportrelevante Fähigkeiten und Fertigkeiten sach- und situationsgerecht anzuwenden. Der motorische Bereich wird dabei durch den Erwerb fachlichen Wissens ergänzt:

- Beherrschung elementarer Bewegungsformen (z.B. Laufen, Springen, Werfen, Schwimmen, Stützen, Rollen) auf der Grundlage der motorischen Grundeigenschaften (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination)
- Beherrschung grundlegender sportartspezifischer Fertigkeiten
- Beherrschung elementarer spiel-/wettkampforientierter Fähigkeiten
- Fähigkeit zum Erhalt und zur Verbesserung der motorischen Fitness
- Fähigkeit zum kreativen Umgang mit Formen der Bewegung sowie des Spieles
- Kenntnis grundlegender sportartspezifischer Bewegungstechniken sowie der Regeln des Sports
- Kenntnis von Maßnahmen des Helfens, Sicherns und Rettens
- Kenntnis von Maßnahmen zur Leitung von Spielen
- Überblick über Bau und Funktion des menschlichen Körpers

- Einblick in grundlegende Zusammenhänge von "Sport und Gesundheit", "Sport und Training" sowie "Sport und Umwelt"
- Fähigkeit zur realistischen Einschätzung von Risiken im Sport im Vergleich zum eigenen Leistungsvermögen.

Die Qualifikationen des Bereiches **Methodenkompetenz** sollen die Schülerinnen und Schüler befähigen, selbstständig Sport im schulischen sowie außerschulischen Bereich auszuüben:

- Fähigkeit zum Sporttreiben über die Schulzeit hinaus
- Fähigkeit zur Auswahl geeigneter Bewegungsformen, die in der eigenen Sportpraxis sinnvoll angewendet werden können (z.B. beim Auf- und Abwärmen, muskel- und gelenkschonende Gymnastik)
- Fähigkeit zur eigenverantwortlichen Organisation gemeinsamen Sporttreibens
- Fähigkeit zur Reflexion der Sportpraxis in sprachlicher Form
- Fähigkeit zur angemessenen Reaktion auf körperliche Veränderungen infolge physischer Belastung (z.B. Puls, Atmung, Schwitzen)
- Kennenlernen/Anwendung von Methoden zur Entwicklung der motorischen Grundlagen
- Fähigkeit zur kritischen Auseinandersetzung mit Sportangeboten.

Im Bereich der **Sozialkompetenz** sollen die Schülerinnen und Schüler lernen, ihr sportliches Handeln unter das Primat von Fairness und Kooperation zu stellen. Hierzu sind folgende Qualifikationen erforderlich:

- Fähigkeit zur Kooperation mit den Mitschülern/-innen sowie mit der Lehrkraft
- Fähigkeit zur Gestaltung sportlichen Handelns in einer Gruppe
- Fähigkeit zu fairer und argumentativer Konfliktlösung
- Bereitschaft und Fähigkeit zur Rücksichtnahme und Integration
- Bereitschaft zur Anwendung von Maßnahmen des Helfens, Sicherns und Rettens
- Bereitschaft zur Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln
- Bereitschaft zum umweltverträglichen Sporttreiben
- Bereitschaft zur angemessenen Verarbeitung von Sieg und Niederlage im Sport.

Bei der Auswahl der Inhalte werden in erster Linie die traditionellen Schulsportarten berücksichtigt, da sie als bildungsrelevantes Kulturgut für den Sportunterricht unverzichtbar sind und ihre Eignung für den Schulsport unter Beweis gestellt haben. Darüber hinaus ist es möglich und wünschenswert, andere Formen des Sports bzw. andere Sportarten - falls die Bedingungen vor Ort (Lehrkräfte, Ausstattung, schulspezifischer Stoffverteilungsplan) dies zulassen - einzubeziehen, die für Schülerinnen und Schüler ein hohes Maß an Bewegung sichern, sich ohne wesentliche Zusatzkosten durchführen lassen und auch außerhalb der Schule ihren direkten Gebrauchswert haben. Da sich die außerschulische Sportwirklichkeit durch

Begriffe, wie Pluralismus, Individualisierung und Subjektivität, kennzeichnen lässt, ist es nicht möglich, für diesen Bereich verbindliche Inhalte zu formulieren. Vielmehr ist es nötig, entsprechend den situativen Bedingungen vor Ort und in Absprache mit der Lerngruppe Inhalte zu bestimmen, die der übergeordneten Zielsetzung entsprechen. Zusätzlich ermöglicht diese Konzeption eine flexible Gestaltung des Unterrichts; damit kann den unterschiedlichen Gegebenheiten vor Ort entsprochen werden.

Im sportdidaktischen Konzept von D. KURZ steht der Begriff "Handlungsfähigkeit" im Zentrum. Dieser Begriff beinhaltet alles, was erforderlich ist, um unter jeweils gegebenen Bedingungen kompetent am Sport teilzunehmen, sowie die Fähigkeit, das eigene Sporttreiben auf bestimmte Perspektiven hin (siehe Seite 7 dieses Arbeitsplanes) zu überdenken und entsprechend zu gestalten.

Jede Perspektive bietet eine besondere Auslegung, inwiefern Sportunterricht die Entwicklung Heranwachsender fördern kann, also eine sportliche Aktivität *pädagogisch wertvoll* sein kann.

Das pädagogisch Bedeutsame, das unter einer Perspektive beschrieben wird, ereignet sich aber nicht von selbst bei irgendeiner beliebigen sportlichen Aktivität, es muss in der Regel durch eine entsprechende Gestaltung des Unterrichts gestützt oder hervorgehoben werden. Dadurch erfährt der Unterricht eine besondere Akzentuierung, d.h., die *Inhalte* des Faches Sport (sportliche Aktivitäten) können im Unterricht auf unterschiedliche Weise zum *Thema* werden. Mit den Perspektiven sind auf allgemeine Weise die wichtigsten "*didaktischen Thematisierungen*" gefasst, die es für den Sport geben kann.

Eine unbestreitbare Aufgabe des Sportunterrichts besteht darin, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse zu vermitteln, die dem Sport und neuen Bewegungsformen zuzurechnen sind.

Doch wozu sollen Schülerinnen und Schüler im Unterricht Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse aus der Welt des Sports erwerben und verbessern? Die pädagogische Begründung des Faches verweist auf eine zweite Ebene des Unterrichts, die mit den Begriffen "Erziehung" oder "Bildung" gefasst werden kann. Unter Berücksichtigung dieser zweiten Ebene ist immer zu bedenken, inwieweit durch den Sportunterricht ein Beitrag zur Entwicklung der Persönlichkeit geleistet werden kann, d.h., was über die einzelnen Inhalte hinaus noch gelernt und erfahren wird. Hier handeln die Lehrkräfte als Erzieher.

2.2 Vertiefung und Erweiterung als Merkmale des Wahlpflichtfaches Sport

Die folgenden Überlegungen gehen von diesem Lehrplankonzept aus und versuchen, sie für das Wahlpflichtfach Sport weiterzuführen.

Mehr Sport im Unterricht - das bedeutet nicht lediglich ein "Mehr Desselben", es verlangt zumeist auch einen anderen Unterricht. Die zusätzliche Unterrichtszeit lässt andere Akzentuierungen zu, ermöglicht neue Themenstellungen, die im normalen Sportunterricht kaum oder nicht mit entsprechender Ausführlichkeit behandelt werden können. Sie verlangt auch nach einer anderen, weil intensiveren Verbindung von Praxis und Theorie. Dabei spielen die Fragen nach dem "Warum" und dem "Wie" sportlichen Handelns eine besondere Rolle: Warum werde ich ausdauernder oder stärker, wenn ich in bestimmter Weise trainiere? Wie lerne ich, höher oder weiter zu springen? Warum gibt es Regeln im Sport - und warum gerade diese und nicht andere? Wie ist der Sport in meiner Gemeinde organisiert? Mit diesen und anderen Fragen können Phänomene des Sports für Schülerinnen und Schüler einsichtig

gemacht werden. Dabei soll das Erkennen sich aus dem Erfahren ergeben, Sport also nicht einfach nur „verkopft“ werden. Das Bewegen, das eigene sportpraktische Tun bleibt nach wie vor im Zentrum des Unterrichts, es wird jedoch um wesentliche Dimensionen erweitert und vertieft.

Um näher zu bestimmen, inwiefern der Wahlpflichtunterricht über die Ziele des Pflichtunterrichts hinausgeht, erscheint es sinnvoll, die beiden Prinzipien der **Vertiefung** und **Erweiterung** zu erläutern.

Unter **Vertiefung** wird die ausgiebige, auch zeitintensive Beschäftigung mit einem bestimmten Thema verstanden. Dieses Thema kann an einen einzelnen Unterrichtsinhalt, aber auch an mehrere geeignete Unterrichtsinhalte zugleich angebunden werden.

Beispiele:

- Konflikte, die in der Unterrichtspraxis auftreten, werden im theoretischen Teil des Unterrichts aufgearbeitet und analysiert.
- Grundlegende Körpererfahrungen, die mit der Sportpraxis verbunden sind (z.B. Belastungssymptome, wie Atemfrequenz, Pulsfrequenz, Schweißbildung), werden in der sportbiologischen Betrachtung vertieft untersucht.

Die **Erweiterung** bezieht sich gegenüber dem Prinzip der Vertiefung auf eine bewusst angestrebte Vielfalt zu behandelnder Fragestellungen. Ein auf Erweiterung hinzielender Unterricht muss versuchen, den Perspektivenreichtum sportlicher Inhalte zu betonen und für die Schülerinnen und Schüler erfahrbar zu machen.

- Die Sportart Schwimmen kann unter Berücksichtigung der sportpädagogischen Perspektiven im Unterricht vielfältig akzentuiert werden:

Perspektive Leistung	Schnellschwimmen
Perspektive Gesundheit	Dauerschwimmen
Perspektive Miteinander	Rettungsschwimmen
Perspektive Eindruck	Körpererfahrung im Wasser
Perspektive Spiel/Spannung	Spiele im Wasser, Tauchen
Perspektive Ausdruck	Synchrone Schwimmen

Die Prinzipien **Vertiefung und Erweiterung** lassen sich auf die motorische, soziale und kognitive Komponente sportlichen Handelns sowie auf deren Verknüpfung beziehen.

Für den **sportmotorischen** Bereich können Vertiefung und Erweiterung Folgendes bedeuten: Die Schülerinnen und Schüler sollen Gelegenheit erhalten, ausgewählte motorische Fertigkeiten zu erlernen und zu verbessern. Ebenso sollen sie lernen, bekannte sportliche Bewegungen variabel zu gestalten, um sie situationsgemäß einsetzen zu können. Sie sollen aber auch vermehrt neue, ihnen bislang unbekannte Sportarten oder Elemente der modernen Bewegungskultur kennen lernen und erproben. ***Dabei stellt der Praxis–Theorie–Verbund den eigentlichen Zugewinn des Wahlpflichtfaches Sport dar.***

Vertiefung und Erweiterung des **sozialen** Moments sportlichen Handelns zielen auf eine Verbesserung des Miteinanders der Schülerinnen und Schüler ab. Dazu zählt der flexible Umgang mit Regeln, durch die sportliches Handeln mitbestimmt wird. Insbesondere sollen die Schülerinnen und Schüler das Regelwerk als etwas situativ Veränderbares kennen lernen und gestalten. Hieraus resultiert die Möglichkeit, das sportliche Handeln so zu entwickeln, dass den Vorstellungen und Voraussetzungen der jeweils Beteiligten entsprochen und das gemeinsame Ausüben von Sport erleichtert wird. Dies bedeutet für die Praxis die besondere Berücksichtigung der Fairness, die sich u.a. im rücksichtsvollen Umgang von Jungen mit Mädchen zeigt. Ebenso gehört hierhin die Bereitschaft, andere Rollen zu übernehmen, z.B. die Aufgabe eines Schiedsrichters oder die eines Übungsleiters.

Der **kognitive** Anteil sportlichen Handelns darf nicht von den anderen Dimensionen isoliert werden. Ohne ihn sind letztlich Vertiefung und Erweiterung weder in der motorischen noch in der sozialen Dimension möglich. Schließlich sollen die Schülerinnen und Schüler - ihrem Alter entsprechend - ihre Einstellung zum Sport zunehmend auch über Einsichten gewinnen und festigen. Das durch das Wahlpflichtfach vergrößerte Zeitangebot für den Sportunterricht sollte daher genutzt werden, **der kognitiven Auseinandersetzung mit dem Sport mehr Umfang und Gewicht zuzuweisen als im normalen Sportunterricht**. Hierbei sollen die Möglichkeiten eines fachübergreifenden und Fächer verbindenden Unterrichts verstärkt genutzt werden.

Die Inhaltsauswahl berücksichtigt zwei Bereiche: Zum einen ist auf jenen Sport zurückzugreifen, den die Schülerinnen und Schüler in der Schule kennen lernen; zum anderen sollte auch der Sport berücksichtigt werden, der ihnen außerhalb der Schule begegnet. Hierzu sind gemeinsame Fahrten (z.B. Sommer- und/oder Winterfahrt) unverzichtbare Bestandteile des Wahlpflichtfaches Sport.

2.3 Zur Berufsorientierung im Wahlpflichtfach Sport

Da das Wahlpflichtfach Sport auch Beiträge zur Berufsorientierung liefert, enthalten die thematischen Bausteine (die Module) mit ihrer jeweiligen Schwerpunktsetzung auch Inhalte, die für verschiedene Berufsfelder relevant sind (z.B. Lehrkräfte, Übungsleiter/-innen, Trainer/-innen, Sport- und Fitnesskaufmann/-kauffrau, Masseur/-innen, Fitnesstrainer/-innen, Ernährungsberater/-innen, Physiotherapeuten, Berufe in der Krankenpflege, Berufe in der Verwaltung).

Neben den Möglichkeiten des Betriebspraktikums, bei dem die Schülerinnen und Schüler einen Einblick in die Berufspraxis erhalten, sollen verstärkt Vertreterinnen und Vertreter aus den genannten Berufsfeldern in der Schule die Arbeit der Lehrkräfte ergänzen.

Die folgenden beiden Auszüge aus dem Berufsbild des Sport- und Fitnesskaufmanns bzw. der Sport- und Fitnesskauffrau machen zahlreiche Bezüge zu den Modulen des Wahlpflichtfaches Sport deutlich.

Lernfeld 7: Mit Einrichtungen, Institutionen und Organisationen zusammenarbeiten

„Zielformulierung:

Die Schülerinnen und Schüler erläutern die Stellung des eigenen Unternehmens im Gefüge der Wirtschaft und die Bedeutung der Beziehung des Betriebes zu gesellschaftlichen und öffentlichen Einrichtungen, Institutionen und Organisationen. Sie verschaffen sich einen umfassenden Überblick über die verschiedenen Einrichtungen und Träger des gemeinnützigen und kommerziellen Sports und erklären deren Funktionen, Aufgaben und Strukturen. Sie erläutern den Einfluss von unterschiedlichen Sport- und Fitnessangeboten auf die jeweilige Organisationsform.

Die Schülerinnen und Schüler kommunizieren mit den Einrichtungen, Institutionen und Organisationen und nutzen deren Angebote und Kompetenz für die eigene Arbeit im Betrieb. Sie analysieren die Bedeutung der Sport- und Fitnessbranche für die Gesamtwirtschaft und berücksichtigen dabei aktuelle Erkenntnisse über das Freizeitverhalten der Kunden bzw. Mitglieder.

Sie diskutieren mögliche Konflikte im Sport und zwischen Sport, Wirtschaft und Politik und entwickeln aus ihrer Sicht Lösungsmöglichkeiten.“

Lernfeld 8: Sportliche und ergänzende Leistungsangebote organisieren

„Zielformulierung:

.....Die Schülerinnen und Schüler erkennen die gesellschaftlichen, gesundheitsfördernden, pädagogischen und sozialen Funktionen und Wirkungen von Sport und wirken auf dieser Grundlage bei der Erstellung der Leistungsangebote mit. Sie berücksichtigen dabei übliche Ausübungs- und Organisationsformen des Sports. Unter Einhaltung der rechtlichen Rahmenbedingungen, insbesondere GEMA, Verkehrssicherungspflicht, Hygienevorschriften, Reise- und Haftungsrecht planen und organisieren sie sportliche und außersportliche Angebote. Des Weiteren beachten sie ökologische Aspekte.

Zur Absicherung der mit diesen Angeboten zusammenhängenden Risiken wählen sie einen adäquaten Versicherungsschutz aus.

Inhalte:

Ausübungs- und Organisationsformen des Sports
Funktionen des Sports
Wirkungen des Sports
Leistungsprogramm, Standardleistungen
Ergänzende Leistungsangebote
Veranstaltungsorganisation
Sportstättenverwaltung
Umweltschutz
Rechtliche Rahmenbedingungen
Versicherungsarten“

(Quelle: Rahmenplan für den Ausbildungsberuf Sport- und Fitnesskaufmann/Sport- und Fitnesskauffrau – Beschluss der KMK vom 11.05.2001)

Entsprechende Aussagen können auch den Berufsbildern der anderen angegebenen Berufe entnommen werden.

3. Voraussetzungen für die Einrichtung des Wahlpflichtfaches Sport

Schulen, die das Wahlpflichtfach Sport anbieten möchten, müssen die erforderlichen Rahmenbedingungen erfüllen. Hierzu zählen sowohl geeignete Sportstätten als auch eine ausreichende Zahl von Lehrkräften, die bereit sind, sich in die theoretischen und praktischen Bereiche einzuarbeiten, damit das Wahlpflichtfach Sport mit anderen Wahlpflichtfächern vergleichbar wird/ist.

Durch dieses zusätzliche Sportangebot darf der normale Sportunterricht nicht beeinträchtigt werden. Über die Einrichtung entscheidet zunächst die Fachkonferenz Sport, die dann ein Einvernehmen mit der Schulleitung herzustellen hat.

Es ist zweckmäßig, bei der Erstellung des Stundenplanes die Wahlpflichtfach-Stunden zu blocken oder auf Randstunden zu legen. Die Hallenkapazitäten sollen dabei auch berücksichtigt werden.

4. Inhaltliche Bausteine

4.1 Struktur und Themen der Module

Unter Hinweis auf die grundsätzlichen Ausführungen zum Wahlpflichtfach Sport scheint der Aufbau des Arbeitsplans in Modulen besonders geeignet, so dass jede Schule entsprechend ihrer Möglichkeiten und Vorgaben entscheiden kann.

Die zentralen Elemente des Arbeitsplanes sind Module, die den Praxis-Theorie-Verbund herstellen, die als Bausteine zu verstehen sind und die eine variable Gestaltung des Wahlpflichtfaches ermöglichen.

Jedes Modul repräsentiert ein bestimmtes Thema, zu dem übergeordnete Ziele formuliert sind. Dabei können die Module eine direkte Anbindung an die Perspektiven haben, oder sie repräsentieren eine eigenständige Thematik, die nicht an die Perspektiven gebunden ist.

Dem jeweiligen Thema wiederum werden Inhalte zugeordnet, die sich auf die Theorie und die jeweilige Praxis beziehen. Die konkrete Verbindung von Theorie und Praxis stellt die jeweilige Lehrkraft unter Berücksichtigung der schulischen Rahmenbedingungen her.

Falls Inhalte eines Moduls vertieft behandelt werden oder in einer höheren Klassenstufe wieder aufgenommen werden, sollten die Inhalte des Aufbaumoduls (*kursiv gedruckt*) bevorzugt behandelt werden.

Die Auswahl und Gestaltung der Module erfolgt unter starker Berücksichtigung der bereits gemachten Erfahrungen an den Schulen des Landes. Die Auswahl der Praxis erfolgt nach den Bedürfnissen der Schule, d.h., die örtlichen Gegebenheiten werden vorrangig berücksichtigt.

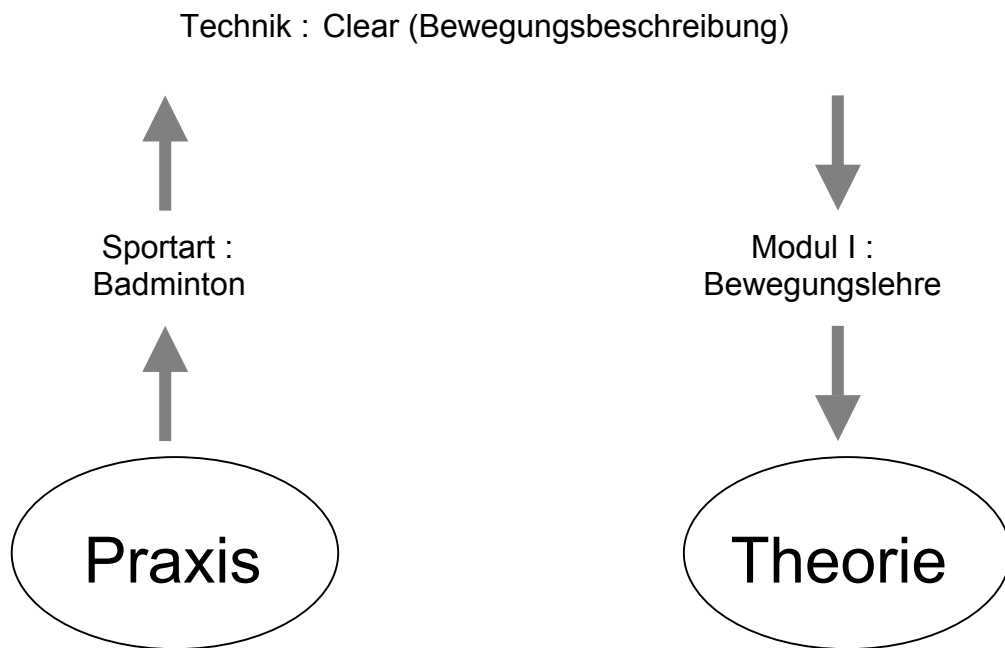
Folgende Themen sind in den Modulen berücksichtigt:

- I. Bewegungslehre - Analyse und Beschreibung von Bewegungen
- II. Trainingslehre - Komponenten sportlicher Leistungen sowie Methoden ihrer Entwicklung
- III. Sportbiologie - Leistungsrelevante Aspekte der menschlichen Anatomie und einfache physiologische Zusammenhänge
- IV. Sport und Gesundheit
- V. Sport und Aggression
- VI. Olympische Spiele in der Antike und in der Neuzeit
- VII. Ausgewählte Abschnitte der Geschichte des Sports in Deutschland
- VIII. Sport in den Medien - Funktionen des Sports in der modernen Gesellschaft
- IX. Sport und Umwelt - Natur erleben (am Beispiel der Natursportart Orientierungslauf)
- X. Sport - Freizeit - Leistung - Traditionelle und moderne Sportarten im Vergleich
- XI. Spiele spielen
- XII. Kreatives Bewegungshandeln (am Beispiel Gymnastik und Tanz)
- XIII. Organisation von schulischen und außerunterrichtlichen Sportprojekten (am Beispiel Streetball-Turnier)
- XIV. Kooperation von Schule mit außerschulischen Partnern

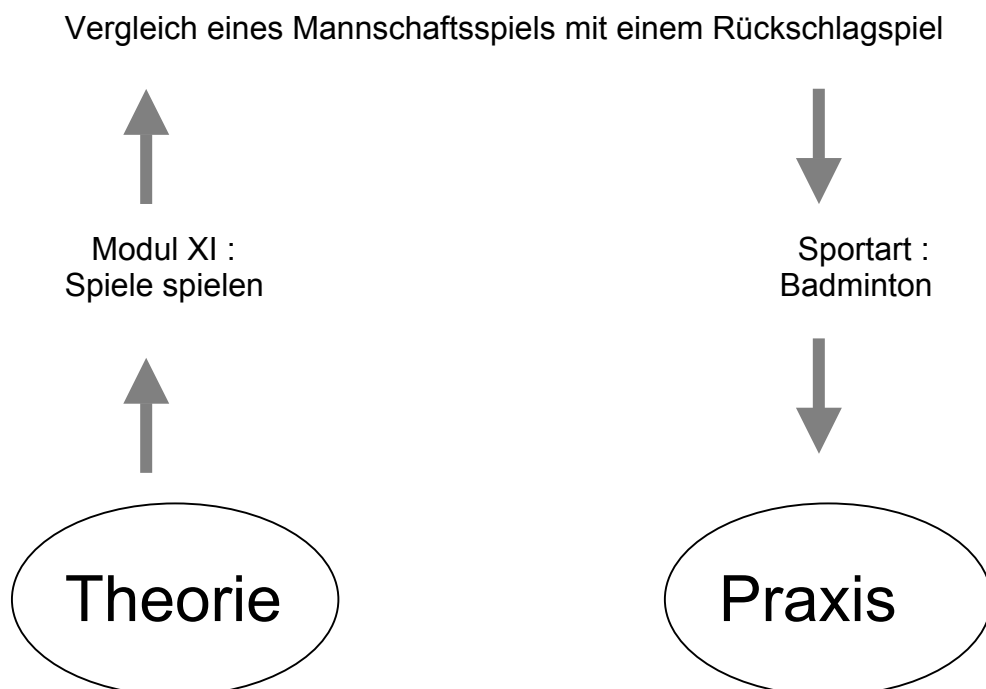
4.2 Möglichkeiten des Zugangs zu den Inhalten der Module

In der konkreten Unterrichtsplanung sind folgende Zugänge möglich, die in der Verantwortung der zuständigen Lehrkraft liegen. Dies wird am folgenden Beispiel Badminton erläutert:

- Von der Sportart zu den Inhalten der Module (von der Praxis zur Theorie)



- Von den Modulen zu geeigneten Sportarten (von der Theorie zur Praxis)



4.3 Empfehlungen zur Verknüpfung von Praxis und Theorie

Die folgende Tabelle soll zeigen, welche Sportarten den jeweiligen Modulen zugeordnet werden können.

Die Symbole haben folgende Bedeutung:

X Die Verbindung wird empfohlen.

O Die Verbindung ist möglich.

⊗ Diese Verbindung ist im Modul aufbereitet.

Sportart	Module													
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV
Geräturnen	⊗		⊗	X		X	⊗						O	
Gymnastik/Tanz	O	X	⊗	X		X	⊗					⊗		
Leichtathletik	⊗	⊗	X		O	⊗	O						O	
Schwimmen	X	X	X			X	O					O	O	
Basketball	⊗	O	O		X	O				X	⊗		⊗	
Fußball	X	O	O		X	O				X	X		O	
Handball	X	O	O		X	O					X		O	
Volleyball	X	O	O		O	O				X	X			
Badminton	X		O		O	O				⊗	X		O	
Hockey	O		O		X	O				O	X			
Tennis	O		O		O	O					X		O	
Tischtennis	O		O		O	O				X	X			
Akrobatik												O		
Baseball	X				O	O					X		X	
Flag Football					O					X	O			
Inline-Skating				X					O				X	
Jonglage	X											O		
Klettern			X						X				X	
New Games					X									
Orientierungs- lauf			X	X					⊗				X	
Rad fahren			X	X		O			X				X	
Ski fahren	O					O			X				X	
Snowboard fahren	O					O			X				X	
Ultimate Frisbee	O				X						X			
Windsurfen						O			X				X	
...														
...														
...														

Wegen der Besonderheit der Module VIII und XIV kann eine Empfehlung zur Praxis an dieser Stelle nicht gegeben werden. Die ersten zwölf Sportarten bilden den Kern des Lehrplans Sport S I; die nachfolgenden Sportarten sind alphabetisch aufgelistet. Diese Liste ist offen.

4.4 Die einzelnen Module

Modul I

Bewegungslehre - Analyse und Beschreibung von Bewegungen

Ziele: Die Analyse und Beschreibung von Bewegungen soll das Erlernen und das Verbessern von motorischen Fertigkeiten erleichtern. Die Wahrnehmung von Bewegungen soll geschult werden. Den Schülerinnen und Schülern werden Methoden vermittelt, mit deren Hilfe sie einen Einblick in die Bewegungsanalyse nehmen; dabei sollen sie zunächst Fehler im motorischen Handeln erkennen und beschreiben können. Hierbei sollen auch grundlegende sprachliche Qualifikationen aufgebaut werden.

Im Aufbaumodul sollen die Schülerinnen und Schüler diese Fehler auch korrigieren können. Sie sollen grundlegende physikalische Gesetzmäßigkeiten kennen lernen und exemplarisch anwenden können.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Definition Bewegungslehre	
Bewegungsaufgaben Bewegungsanweisungen	Verstehen und Ausführen in verschiedenen Sportarten, z.B. bei der Rolle rw durch den flüchtigen Handstand (Geräturnen) oder beim Positionswurf (Basketball)
Bewegungsbeschreibungen Beobachtung und Beschreibung bekannter Bewegungen	Erlernen von Bewegungen mit Hilfe von Bewegungsbeschreibungen und Phasenbildern usw.
Verstehen und Umsetzen von Bewegungsbeschreibungen	Alle Sportarten Umsetzung eines Bewegungsprogramms, z.B. zur Rolle rw oder zum Korbleger
Phasenbilder	Methodische Reihen mit Einsatz von Bewegungsaufgaben, -beschreibungen und Phasenbildern beim Erlernen und Verbessern von Bewegungen (alle Sportarten)
Bewegungsanalyse Erkennen der Struktur von Bewegungen	Vergleich realer Bewegungen anhand von Phasenbildern, z.B. Hüftaufschwung rw, Kugelstoßen
Analyse von Bewegungen mit Hilfe von Phasenbildern	Erkennen und Beschreiben von Fehlern
Exkurs: Erstellung von eigenen Phasenbildern mit Hilfe einer Videokamera und eines Bildschirms (mit hintereinander folgenden Standbildern)	

Theorie	Beispiele für die Praxis
<i>Erkennen, Beschreiben und Korrigieren von Fehlern</i>	<i>Evtl. selbstständig Übungen zum Fehlerabbau entwickeln</i>
Biomechanik von Bewegungen <i>Physikalische Gesetzmäßigkeiten im Sport</i> <i>Kräfte: Schwerkraft, Fliehkraft, Gleichgewicht</i> ... <i>Schwerpunktberechnungen, z.B. eines Hochspringers</i> <i>Erkennen der günstigeren Technik</i>	<i>Erfahrung und Nutzung von Kräften, z.B.: Anlauf zum Hochsprung (Flop), Radfahren, Skilaufen, Drehwurf</i> <i>Hochsprung mit unterschiedlichen Techniken</i>
Sichern und Helfen Erkennen von Gefahren und Problemen bei Bewegungen Möglichkeiten zur Unterstützung und Sicherung von Bewegungen	Erlernen von Helfer- und Sicherungsgriffen Anwendung der Griffe bei einfachen turnerischen Übungen
	<i>Gegenseitige, eigenständige Anwendung von Helfer- und Sicherungsgriffen</i>

Bemerkungen: Falls es die Ausstattung der Schule ermöglicht, können weitere technische Verfahren zum Einsatz kommen.

Informationen aus dem Internet: www.sportpaedagogik.de, www.sportunterricht.de

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Lückentext einer Bewegungsbeschreibung
- Beschreibung einer einfachen Bewegung mit Hilfe eines Phasenbildes (ggf. mit alters- bzw. entwicklungsgemäßen Hilfen)
- Erkennen und Beschreibung typischer Fehlerbilder
- Benennen von Helfer- und Sicherungsgriffen für unterschiedliche Übungen
- *Schwerpunktberechnung*

Praxis:

- Überprüfung von Fertigkeiten der ausgewählten Sportart (z.B. Gerätturnen – Handstand abrollen, Basketball – Korbleger, Volleyball – Pritschen, Baggern)

Modul II

Trainingslehre – Komponenten sportlicher Leistungen sowie Methoden ihrer Entwicklung

Ziele: Der Einblick in die Trainingslehre soll ein Verständnis für die Systematik sportlicher Planung auf dem Weg zum gesetzten Ziel schaffen. Die Belastungsmerkmale als spezifische Mittel der Trainingsmethode bestimmen die Struktur des Trainingsaufbaus.

Das Kennenlernen der motorischen Grundeigenschaften und die Anwendung von ausgewählten Methoden zu deren Verbesserung führen zur Einsicht in planmäßige Übung und Erfolg.

Im Laufe des Aufbaumoduls sollen die Schülerinnen und Schüler spezielle Trainingsmethoden kennen lernen und exemplarisch anwenden können.

INHALTE

Theorie	Beispiele für die Praxis
<p>Definition von Training (Merkmale: z.B. Planmäßigkeit, Angemessenheit, Steigerung)....</p> <p>Belastungsmerkmale: Intensität, Umfang, Dauer, Dichte, Superkompensation</p>	
<p>Motorische Grundeigenschaften</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausdauer (Bedeutung der Pulsfrequenz) - Kraft - Schnelligkeit - Beweglichkeit - Koordination 	<p>z.B. Lauftraining, Minutenläufe, spielerische Formen der Ausdauerschulung mit Messungen der Pulsfrequenz</p> <p>Kraftzirkel, Nutzung der Geräte eines Krafraumes/ Fitnessstudios *</p> <p>Übungs- und Spielformen zur Verbesserung der Schnelligkeit (z.B. Sprints, Bergläufe, Läufe gegen große Widerstände, spezifische Schnelligkeitsübungen aus den großen Spielen)</p> <p>Stretching als spezielles Beweglichkeitstraining</p> <p>z.B. Brustschwimmen : Koordination der Atmung mit der Gesamtbewegung</p> <p>Leichtathletik: Rhythmisches Überlaufen von Hindernissen/Hürden</p> <p>Seilspringen/Rope Skipping</p>
<p>Trainingsmethoden</p> <ul style="list-style-type: none"> - Intervallmethode - Dauermethode - Tempowechselmethode 	<p>Serienläufe</p> <p>z.B. 12-Minutenlauf</p> <p>z.B. Fahrtspiel</p>
<p>Planung eines einfachen Trainingsprogrammes zur Ausdauerschulung</p>	<p>Durchführung eines einfachen Trainingsprogrammes mit Aufwärmen und Funktionsgymnastik</p>

Theorie	Beispiele für die Praxis
<i>Trainingsmöglichkeiten zur Verbesserung einer weiteren Grundeigenschaft: z.B. Kraft</i>	
<i>Dynamisches Krafttraining</i>	
<i>Isometrisches Krafttraining</i>	
<i>Wirkungen des Krafttrainings</i>	
<i>Zirkeltraining: Prinzip der wechselnden Belastung beim Stationenaufbau</i>	<i>Durchführung des Zirkeltrainings (Pulsmessung, Zeitkontrolle)</i>
<i>Entwicklung eines Zirkeltrainings</i>	

Bemerkungen : * Fachliche Beratung ist unverzichtbar.

Literaturhinweise:

Klee, Andreas: Circuit-Training. Schorndorf 2002 (mit CD-ROM)

Rühl, N.: Handbuch Multi Zirkel (o.O.) 1996

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Erläuterung z.B. einer Trainingsmethode (Zeichnung)
- Beschreibung der motorischen Grundeigenschaften
- Beschreibung der Belastungsmerkmale

Praxis:

Zur Beurteilung der Ausdauerleistung bietet sich ein Test nach Cooper an (Laufzeit 12 Minuten). Die Tabelle kann unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen der Schule geändert werden.

Jungen	11 Jahre	12 Jahre	13 Jahre	14 Jahre	15 Jahre	16 Jahre	17 Jahre
sehr gut	2600	2650	2700	2750	2800	2850	2900
gut	2200	2250	2300	2350	2400	2450	2500
befriedigend	1800	1850	1900	1950	2000	2050	2100
ausreichend	1500	1550	1600	1650	1700	1750	1800
mangelhaft	1200	1250	1300	1350	1400	1450	1500
ungenügend	weniger Meter als bei mangelhaft						

Bei den Mädchen werden der Laufleistung 200m addiert, dann wird nach der obigen Tabelle verfahren.

(Beispiel: Ein Mädchen im Alter von 13 Jahren läuft 2100m; dieser Wert wird um 200m erhöht, so dass sich eine Summe von 2300m ergibt. Nach der obigen Tabelle entspricht dies der Bewertung „gut“.)

Modul III

Sportbiologie - Leistungsrelevante Aspekte der menschlichen Anatomie und einfache physiologische Zusammenhänge

Ziele: Durch die Aufgaben und Inhalte dieses Moduls sollen den Schülerinnen und Schülern notwendige Grundkenntnisse vermittelt werden, die ihnen in altersgemäßer Form sportbiologische Erkenntnisse näher bringen. Dadurch soll im Schulsport und im außerschulischen Sport eine größere Handlungskompetenz erlangt werden.

Ebenso sollen ein Überblick über leistungsrelevante Aspekte der menschlichen Anatomie und ein Einblick in einfache Bereiche der Physiologie gewonnen werden.

Die Kenntnisse werden im Aufbaumodul vertieft. Dabei verschiebt sich der Schwerpunkt der Inhalte von Aspekten der beschreibenden und funktionellen Anatomie zu Aspekten der Physiologie.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Definition Sportbiologie	
Der passive Halteapparat Der Bauplan des menschlichen Körpers: Kopf – Rumpf – Extremitäten Die Gliederung des Skeletts: Knochen des Kopfes , des Rumpfes sowie der Extremitäten Einblick in den Aufbau von Knochen	Funktionsgymnastik, Wirbelsäulengymnastik
Der aktive Halteapparat Allgemeiner Aufbau eines Gelenkes Gelenktypen (z.B. Kugelgelenk, Scharniergelenk, Sattelgelenk) Bewegungsachsen der Gelenke	Erprobung der Bewegungsachsen Gymnastik, Turnen
Der aktive Bewegungsapparat Bau der Skelettmuskulatur an einem ausgewählten Beispiel (Bizeps-Triceps) Muskelgruppen des Bewegungs- apparates Antagonistische Funktion der Muskeln Synergistische Funktion der Muskeln	Krafttraining, Circuittraining Funktionsgymnastik

Theorie	Beispiele für die Praxis
<p>Struktur des Skelettmuskels</p> <p><i>Muskelbündel, Muskelfasern, Myofibrillen</i></p> <p><i>Einblick in ausgewählte Funktionen des Muskels:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Erregung und Kontraktion</i> - <i>Energiebereitstellung</i> - <i>Energieumsatz</i> 	<p><i>Kraftausdauertraining</i></p>
<p>Lunge und Atmung</p> <p>Bau der Atemwege</p> <p>Brustatmung, Bauchatmung</p>	<p>Ausdauersportarten (z.B. Laufen, Radfahren, Schwimmen,...)</p> <p>Yoga</p>
<p>Atmung als leistungsbegrenzender Faktor</p> <p><i>(z.B. Atemzugvolumen, Lungenkapazität)</i></p>	
<p>Herz-Kreislauf-System</p> <p>Aufbau des Gefäßsystems</p> <p>Aufbau von Arterien und Venen</p> <p>Bau und Funktion des Herzens</p>	<p>Pulsmessung in Ruhe und nach Belastung</p>
<p>Erregungsbildung am Herzen</p> <p>Einblick in Herz-Kreislauf-Erkrankungen</p>	
<p>Blut</p> <p>Bau der Blutzellen</p> <p>Aufgaben des Blutes</p> <p><i>Einblick in den Gastransport</i></p> <p><i>Wirkung von Blutdoping (z.B. Hämatokrit)</i></p>	

Bemerkung: In diesem Modul ist die Zusammenarbeit mit einer Lehrkraft des Faches Biologie sinnvoll.

Literaturhinweise:

Agostini, N.: Mein Körper – Was ist das? (Spiel- und Lernsammlung)
Hamburg 1994

Bickel et al (Hrsg.): Natura (Klassen 7-10)
Stuttgart 2002

Spring, H. (et al.): Dehn- und Kräftigungsgymnastik
Stuttgart 2001

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Lückentexte zu den Themengebieten: Gelenke, Herz-Kreislauf, Atmung, ...
- Benennung: Knochen der Extremitäten, Muskelgruppen, Abschnitte der „Atemstraße“,...
- Beschreibung: Bau und Funktion von Venen und Arterien, Herz, Belastungs- und Ruhepuls, Wirkung von Blutdoping

Praxis:

- Überprüfungen von Leistungen in den angegebenen Bewegungsbereichen (z.B. Ausdauerleistung – Test nach Cooper, Circuittraining)
- Ausführung der Pulsmessung in Ruhe und nach Belastung

Modul IV Sport und Gesundheit

Ziele: Den Schülerinnen und Schülern sollen Einsichten und Handlungsweisen vermittelt werden, die sie befähigen, für eine Gewährleistung der physischen und psychischen Funktionen ihres Körpers zu sorgen. Dazu sollen Verhaltensdispositionen aufgebaut werden, die die momentane Entwicklungsphase und die spätere Gesunderhaltung einschließen.
Im Aufbaumodul sollen die Schülerinnen und Schüler die Risiken des Dopings kennen lernen und kritisch beurteilen.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Definition Gesundheit Auswirkung des Sports auf die Gesundheit	Funktionsgymnastik und ihr gesundheitlicher Aspekt
Vorbeugung Bedeutung des Auf- und Abwärmens Erkennen von Gefahrenquellen Einfluss des Ausdauer- und Kraftsports auf das Immunsystem Sicherheitserziehung Hilfe-/Sicherheitsstellungen Bedeutung der Kleidung Gefahrenquellen bei Risikosportarten aufspüren, um sie durch geeignete Maßnahmen abzuwenden	Übungen zum Auf- und Abwärmen (z.B. Dehnen) z.B. Geräteaufbau, Piercing abkleben, Tapen Anwendung von Hilfe- und Sicherungsgriffen Schutz beanspruchter Körperteile (z.B. Magnesia, Sonnencreme, Reckriemchen) Funktionelle Kleidung für die jeweilige Sportart, z.B. Inline-Skating mit Kopf-, Hand- und Knieschutz, Schutzkleidung beim Rad fahren
Haltungsschäden/-schwächen z.B. Rundrücken Morbus Scheuermann Fehlstellungen der Wirbelsäule	Funktionsgymnastik, Wirbelsäulengymnastik, spezielles Krafttraining
Rehabilitation - nach Verletzung - zur Stabilisierung bei einer Krankheit (z.B. Diabetes, Asthma)	Spezielle Gymnastik, Aufbautraining Fahrtspiel, ggf. Ausdauerläufe
Erste Hilfe und Verhalten bei Unfällen	Kurse bei DRK, MHD, ASB ...
Hygiene	Körperpflege Verhalten bei der Menstruation

Theorie	Beispiele für die Praxis
<p>Ernährung</p> <p>Bedeutung der Nährstoffe (Kohlenhydrate, Fette, Eiweiße, Mineralstoffe)</p> <ul style="list-style-type: none"> • notwendige Zufuhr bei bestimmten Sportarten • Vergleich von Ernährungsplänen <p>Schädliche Zufuhr</p> <ul style="list-style-type: none"> • Essstörungen: Mangelernährung Magersucht Übergewicht • Genussmittel Tabak Alkohol 	<p>Zubereitung eines Sportlermüsli</p>
<p>Sport als Ausgleich (Psychohygiene)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spannung und Entspannung • Respekt vor der Gesundheit anderer (Analyse von Konfliktsituationen im Spiel) 	<p>Yoga, Phantasiereisen, Entspannungsübungen</p> <p>Spiele, Ausdauersport</p>
<p>Definition Doping</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Risiken des Dopings</i> • <i>Ausgewählte Formen des Dopings (z.B. Hormondoping,)...</i> • <i>Leistungsgrenzen</i> 	

Literaturhinweise:

Schriftenreihe der Unfallkasse Rheinland – Pfalz zur Sicherheitserziehung

Bös,K./Brehm, W. (Hrsg.): Gesundheitssport
Schorndorf 1999

Eidgenössische Sportschule Magglingen (Hrsg.):
„Gladiatoren unserer Zeit“
Magglingen 1997
(u.a. mit Stundenkonzepten und vielen Medien für den Unterricht zum Thema Doping)

Future (Aventis-Magazin 2/2002): Nachhaltige Gesundheit (Themenheft)
Bezug über Aventis Leserservice, Senkenberganlage 10-12, 60325 Frankfurt

Ministerium für Bildung, Frauen und Jugend Rheinland-Pfalz et al. (Hrsg.):
Mein Sport dopingfrei
o.O. 2001

SIL (Hrsg.): Sport und Gesundheit (Studienmaterial Band 101)
Speyer 1989

Informationen aus dem Internet: www.ukrlp.de, www.aventis.com

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Erläuterung der Griffe bei Hilfe- und Sicherheitsstellung (siehe Modul I)
- Gestaltung eines Aufwärmprogramms für spezielle Sportarten unter dem Gesichtspunkt der Vorbeugung
- *Beschreibung der Risiken von Doping*

Praxis:

- Durchführung eines Aufwärmprogramms
- Überprüfung ausgewählter Fertigkeiten
- Anwenden der Helfergriffe

Modul V Sport und Aggression

Ziele: Die Schülerinnen und Schüler sollen Ursachen von Aggression kennen lernen. Es sollen Konfliktlösungsmodelle und Möglichkeiten der Vorbeugung erarbeitet und umgesetzt werden (z.B. Schiedsrichterfunktion, Organisation des Pausensports).

Im Aufbaumodul sollen die Schülerinnen und Schüler verschiedene Aggressionstheorien kennen lernen.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
<p>Entstehung und Ursachen von Konflikten im Sport</p> <p>Erscheinungsformen von Aggression</p>	<p>Beobachtung (Videoaufnahmen) von Spielen im eigenen Sportunterricht mit gemeinsamer Auswertung</p> <p>Anwendung eines Beobachtungsbogens auf</p> <ul style="list-style-type: none"> - das Verhalten während der Pause - eine außerschulische Sportveranstaltung <p>Erkennen und ggf. Analyse von Konfliktsituationen</p>
<p>Sport als Möglichkeit der Aggressionsprophylaxe</p> <p>Entwicklung eines einfachen Pausensportkonzeptes (Einsatz von Schülerassistenten/-innen)</p>	<p>Kennenlernen und Einhalten von Spiel- und Verhaltensregeln</p> <p>New Games</p> <p>Organisation des Pausensports*</p>
<p>Fair Play als Ausdruck eines verantwortungsvollen Umgangs miteinander</p> <p>Beispiele für Fairplay-Verhalten aus dem Leistungssport</p>	<p>Schülerinnen/Schüler übernehmen Schiedsrichterfunktion</p> <p>Schülerinnen/Schüler spielen ohne Schiedsrichter (selbstständiges Einhalten der Regeln)</p> <p>Relative Leistungsvergleiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wer springt am dichtesten an seine Körpergröße heran (Hochsprung)? - Wer stößt am weitesten im Verhältnis zu seinem Körpergewicht (Kugelstoßen)?
<p><i>Aggressionshypothesen anhand von Fallbeispielen, z.B. Frustrations-Aggressions-Hypothese, das triebtheoretische Modell und die Theorie des Modell-Lernens</i></p>	<p><i>Schüler informieren über Formen und Ziele von Fanprojekten</i></p>

Bemerkung: * Absprache mit der Schulleitung erforderlich!

Für dieses Modul bietet sich die Zusammenarbeit mit dem Verbindungslehrer sowie mit einer Lehrkraft, die das Wahlpflichtfach Sozialpädagogik unterrichtet, an.

Literaturhinweise:

Deutsche Olympische Gesellschaft e.V.(DOG):
FAIR halten (Materialien zu Fairnesserziehung in der Schule)
Frankfurt 1991

Kultusministerium Nordrhein-Westfalen/AOK Nordrhein-Westfalen (Hrsg.):
Gesundheitserziehung in der Schule durch Sport
Bonn 1990

Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Weiterbildung (MBWW):
Dokumentation der Aktion "Sport und Spiel statt Gewalt auf dem Schulhof"
Mainz 2000

Sportpädagogik 2/2002 Themenheft: Gewalt im Sportunterricht (mit zahlreichen
Materialien)
Seelze 2002

Zimmermann, H.:
Sport und Aggression
Düsseldorf 1980

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Beschreibung der verschiedenen Aggressionstheorien

Praxis:

- Überprüfung ausgewählter Elemente der behandelten Sportart (z.B. Spiele)
- Übernahme der Schiedsrichterfunktion

Modul VI

Olympische Spiele in der Antike und in der Neuzeit

Ziele: Durch die Aufgaben und die Inhalte dieses Moduls sollen den Schülerinnen und Schülern Grundkenntnisse vermittelt werden, die ihnen sportgeschichtliche Hintergründe näher bringen. Es soll ein Überblick über die Geschichte und Symbolik der Olympischen Spiele des Altertums sowie der Neuzeit gewonnen werden.

Diese Kenntnisse werden im Aufbaumodul vertieft. Dabei verschiebt sich der Schwerpunkt der Inhalte von geschichtlichen auf sportpolitische und sportwirtschaftliche Aspekte.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Die Olympischen Spiele der Antike Allgemeine Sachinformationen zu den Olympischen Spielen des Altertums: <ul style="list-style-type: none"> - Geschichte - Wettbewerbe 	Stadionlauf, Standweitsprung mit Gewichten, Diskus- und Speerwurf
Die Olympischen Spiele der Neuzeit	
Allgemeine Sachinformationen zu den Olympischen Spielen der Neuzeit Geschichte Die olympischen Symbole und Zeichen: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Die olympischen Ringe ▪ Das olympische Versprechen ▪ Das olympische Feuer ▪ Der Fackellauf ▪ Die Devise (citius-altius-fortius) ▪ Der olympische Gedanke ▪ Das olympische Maskottchen 	Sportarten, Tänze, Bewegungsformen aus den Gastgeberländern (z.B. Griechenland: Sirtaki, der Folkloretanz aus dem Ursprungsland der Olympischen Spiele) Neue olympische Sportarten Klassische olympische Sportarten
Projekt: Ein Olympiatag; Eine olympische Woche	Entwicklung eigener „Olympischer Wettkämpfe“
Paralympics	
Wirtschaftliche Aspekte der Olympischen Spiele oder ausgewählter Sportarten	

Theorie	Beispiele für die Praxis
<i>Einfluss der Medien und Werbung auf den Sport</i> <i>Olympische Ideale – Anspruch und Wirklichkeit</i>	

Bemerkungen: In diesem Modul ist die Zusammenarbeit mit Lehrkräften der Fächer Geschichte, Sozialkunde, Gesellschaftslehre oder Politik sinnvoll. Bei der Behandlung der Thematik „Olympische Spiele“ bietet sich auch der Besuch des Deutschen Olympischen Museums in Köln an.

Literaturhinweise:

NOK für Deutschland (Hrsg.):
 Mach mit bei der Schülerolympiade!
 Frankfurt 2000

Sinn, Ulrich:
 Olympia – Kult, Sport und Fest in der Antike
 München 1996

Informationen aus dem Internet: www.nok.de, www.sportmuseum-koeln.de

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Kenntnisse der Olympischen Geschichte (Lückentext o.Ä.)
- Beschreibung der Olympischen Symbole und ihrer Bedeutung
- Kritische Betrachtung der Olympischen Ideale unter Berücksichtigung wirtschaftlicher Aspekte

Praxis:

- Technik- und Leistungsüberprüfungen in den erlernten „olympischen“ Sportarten (z.B. in den leichtathletischen Disziplinen Lauf, Kugelstoß, Hochsprung)

Modul VII

Ausgewählte Abschnitte der Geschichte des Sports in Deutschland

Ziele: Durch die Aufgaben und Inhalte dieses Moduls sollen den Schülerinnen und Schülern Grundkenntnisse vermittelt werden, die ihnen sportgeschichtliche Hintergründe näher bringen. Es soll ein Überblick über die Ursprünge des Sports und die Geschichte der Sportarten gewonnen werden.

Die Kenntnisse werden im Aufbaumodul vertieft. Dabei verschiebt sich der Schwerpunkt der Inhalte von geschichtlichen auf sportpolitische und sportwirtschaftliche Aspekte. Es soll ein Überblick über die Geschichte der Turnvereine gewonnen werden. Ferner sollen Schülerinnen und Schüler anhand ausgewählter Beispiele den sozialisierenden Charakter von Sport kennen lernen.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Definition Sportgeschichte	
Ursprünge des Sports Ausgewählte Formen des Sports in der Geschichte (auch unter Beachtung von in der Region vertretenen Sportarten)	
Geschichte ausgewählter Sportarten	
Geschichte der Turnvereine <i>Turnväter: Jahn, GutsMuths, Eiselen</i> <i>Merkmale der Turnbewegung</i> <i>Arbeitersportbewegung</i> <i>Gründung erster Turnvereine und Turngemeinden</i> <i>Verbot der Turnvereine, „Turnsperre“</i>	Gerätturnen
Sport und Sozialisation	
Sport im Nationalsozialismus <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Sport im Dienst einer Ideologie</i> ▪ <i>Veränderungen nach der Machtergreifung in Schule, Studium und Freizeit</i> ▪ <i>Rassendoktrin im Sport</i> ▪ <i>Führerprinzip im Sport</i> <i>Intentionen und Ziele des Sports</i>	
Entwicklung des Sports nach dem Zweiten Weltkrieg <i>anhand ausgewählter Beispiele:</i> <i>(z.B. NOK, DSB)</i> <i>Sport heute – eine kritische Betrachtung</i>	

Bemerkungen: In diesem Modul ist die Zusammenarbeit mit Lehrkräften der Fächer Geschichte, Sozialkunde, Gesellschaftslehre oder Politik hilfreich. Eine Verknüpfung mit Modul VI erscheint angebracht.

Es bietet sich auch an, lokale Entwicklungen mit einzubeziehen.

Literaturhinweise:

Auswertung von Vereins-, Gemeinde-, Stadt-, und Sportverbandschroniken
Nutzung von Geschichtsbüchern

Sinn, Ulrich:

Olympia – Kult, Sport und Fest in der Antike
München 1996

Becker, Peter:

Sport und Sozialisation
Hamburg 1982

Informationen aus dem Internet: www.nok.de

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Benennung geschichtlicher Aspekte und Erklärung der jeweiligen Bedeutung (z.B. Benennung der Veränderungen im Sport in der NS-Zeit sowie Beschreibung der dahinter stehenden Ziele und Intentionen)

Praxis:

- Überprüfung von Fertigkeiten in den ausgewählten Sportarten (z.B. Gerätturnen: Handstand abrollen)

Modul VIII

Sport in den Medien - Funktionen des Sports in der modernen Gesellschaft

Ziele: Die Schülerinnen und Schüler sollen die gegenseitige Abhängigkeit des heutigen professionellen Sports und der Medienberichterstattung erkennen. Die Analyse der Berichterstattung und deren Hintergründe sollen zu einer kompetenten und kritischen Reflexion führen. In Zusammenarbeit mit der Sportredaktion vor Ort soll außerdem die Entstehung des Sportteils einer Tageszeitung untersucht und erlebt werden. Dabei können mögliche Berufsfelder gezeigt werden.

Theorie	Beispiele für die Praxis
<p>Vielfältigkeit der Sportberichterstattung (Unterscheidung nach professionellem Sport und Sport im Amateurbereich)</p> <p>Welche Sportarten werden aus welchem Grund bevorzugt, welche Sportarten finden kaum Erwähnung ?</p>	<p>Beispiele der Berichterstattung einer Woche sammeln, ordnen (nach Sportarten; nach Medien...)</p> <p>Präsentation</p>
<p>Zusammenhang von Sport und Kommerz (Werbung, Sponsoring etc.) bei der Sportberichterstattung aufzeigen</p>	<p>Exemplarisch anhand eines sportlichen Großereignisses die Verflechtungen erarbeiten (Olympische Spiele, Welt- oder Europameisterschaften)</p> <p>Analyse von Entstehung und Durchführung eines regionalen Sportereignisses auch im Hinblick auf die Berichterstattung regionaler Medien</p>
<p>Analyse der Berichterstattung eines Mediums</p>	<p>Entstehung der Sportseite einer Tageszeitung vor Ort</p> <p>Besuch der Sportredaktion; Begleitung bei der Berichterstattung; Entwurf eigener Berichte von regionalen Ereignissen</p> <p>Evt. Besuch einer überregionalen Sportsendung</p>
<p>Berufsfelder aufzeigen</p>	<p>Berufsbild eines Sportredakteurs (Einladung in den Unterricht)</p> <p>Weitere Berufsbilder bei der Entstehung einer Tageszeitung oder eines regionalen Fernsehsenders</p>

Das Modul nimmt eine Sonderstellung ein, da es keine definierten sportpraktischen Anteile hat. Damit entfallen Hinweise zu Literatur und Leistungsfeststellung. Seine Durchführung ist zudem von der Möglichkeit der Zusammenarbeit mit Medienvertretern vor Ort abhängig.

Modul IX

Sport und Umwelt – Natur erleben am Beispiel der Natursportart Orientierungslauf

Ziele: Die Schülerinnen und Schüler sollen am Beispiel Orientierungslauf eine Natursportart kennen lernen. Dabei sollen sie einerseits die Sportart in Theorie und Praxis erlernen und andererseits die Natur bewusst erleben.
Die Erhaltung der Umwelt steht dabei im Vordergrund.
Im Aufbaumodul sollen die Schülerinnen und Schüler sich mit den Themen umweltverträgliches Sporttreiben, spezifische Gefahren der Natur, Kompassarbeit, Ausdauertraining und Varianten des Orientierens beschäftigen.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Definition: Natursportarten	
Beispiel: Orientierungslauf (OL)	
- Sich-Orientieren mit topografischen Karten	Orientierungsläufe in Sporthalle, Schulhof, Sportgelände, Parkgelände, Weinberg, Wald Orientierungsläufe mit unterschiedlichen Aufgabenstellungen: - Stern-OL - Schlaufen-OL - Rund-OL
Erstellung einer OL-Karte des Schulgeländes	Grundlage: z.B. Bebauungspläne, Deutsche Grundkarte 1:5000
- Arbeiten mit Maßstäben und Signaturen - Kartieren im Gelände mit Farbstiften	- Schätzen von Entfernungen - Berechnungen von Schrittlängen - Vergleich: Karte und Natur
- <i>OL und Umwelt</i>	<i>Umweltgerechte Bahnlegung Rücksichtnahme auf Tier- und Pflanzenwelt</i>
- <i>Übungen mit dem Kompass Einnorden der Karte</i>	<i>Kompassläufe z.B. - Kompass-Blindflug - Fenster-OL - Score-OL</i>
- <i>Trainierbarkeit der Ausdauerleistung</i>	<i>z.B. „Memory-OL“</i>
<i>Varianten des Orientierens mit Karte und Kompass</i> - <i>Orientierungswandern</i> - <i>Ski-OL</i> - <i>Mountainbike-OL</i> - <i>Inliner-OL</i> - <i>Nacht-OL</i>	<i>Demonstration unterschiedlicher Orientierungswettkämpfe (je nach Voraussetzung)</i>

Bemerkungen: Die Schülerinnen und Schüler sollen zunächst paarweise oder in Kleingruppen laufen! Die Aufsichtspflicht ist besonders sorgfältig zu beachten! Nicht in „Problemgebieten“ (z.B. Sumpf, Abhänge, belebte Straßen) laufen!
Eine fachübergreifende Zusammenarbeit mit Erdkunde ist anzuraten.

Literatur:

Egner, Heike:
Naturesport-Schaden oder Nutzen für die Natur?
Hamburg 2001

Informationen aus dem Internet: www.orientierungslauf.de

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Abfragen von Routenwahlmöglichkeiten am Beispiel von OL-Wettkampfkarten
- Funktion des OL-Kompasses
- Bedeutung der OL-Signaturen
- Eigenständiges Planen und Organisieren eines OL-Wettkampfes

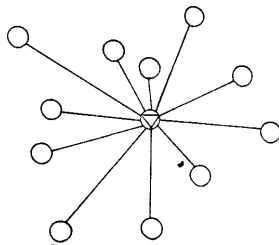
Praxis:

- Durchführung eines Orientierungslaufes (Rund-OL)
- Score-OL mit z.B. 15 Posten bei einer Zeitvorgabe von 20 Minuten. Jeder angelaufene Posten zählt 1 Punkt (vgl. MSS-Punkte: 15-13 P = Note 1, 12-10 P = Note 2, etc.)

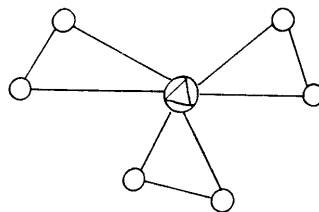
Empfohlenes Material:

- Kartengrundlagen sind bei Katasterämtern erhältlich, geeignet: Deutsche Grundkarte (DGK) Maßstab: 1:5000
- Landesturnverbände befragen, ob OL-Karten der Umgebung vorhanden sind: OL-Kartendrucke: Jörg Herbrand Tel. 0203-81952
- OL-Kompass (auch im Klassensatz), Posten, Zangen u.a. sind günstig zu beziehen bei: OL-Conrad@t-online.de oder www.sportvoegl.de
- Als Posten können auch rot-weiße Blätter, beschriftete Holzschilder, Dosen u.a. verwendet werden.

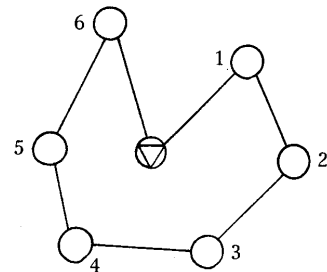
Abbildungen der Übungsbeispiele



Stern – OL



Schlaufen-OL



Rund-OL

Modul X

Sport - Freizeit - Leistung – Traditionelle und moderne Sportarten im Vergleich

Ziele: Die Schülerinnen und Schüler sollen am Beispiel ausgewählter Sportarten die unterschiedlichen motorischen Anforderungen sowie die unterschiedlichen Abläufe von Spielen kennen lernen. Dabei sollen die grundlegenden Unterschiede zwischen der Sportpraxis unter Freizeitaspekten im Gegensatz zu einer klaren Ausrichtung an einer Sportart deutlich gemacht werden. Da die Thematik weit gefasst ist, kommen zahlreiche Spiele, die sowohl als Inhalte in den Lehrplänen aufgeführt sind, als auch in der aktuellen Bewegungsumwelt der Schülerinnen und Schüler eine entsprechende Veränderung erfahren haben, in Betracht.

Im Aufbaumodul sollen die Schülerinnen und Schüler die Merkmale des Leistungssports kennen lernen und in der Praxis erfahren. (Das ausgewählte Beispiel bezieht sich auf die Spielformen von Federball – Badminton.)

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
<p>Merkmale von Freizeitsport</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schlagwort: Sport für alle! - Dynamisches Sportverständnis (d.h. rasche Wandelbarkeit der sportlichen Betätigung) - Ausübung in der Freizeit - Heterogene Gruppen (Alter, Leistung, Geschlecht) - Hohes Maß an Selbstbestimmung der Ausübenden - Große inhaltliche Vielfalt 	<p>Ausübung einer Freizeitsportart z.B. Federball (ohne Vorgaben):</p> <ul style="list-style-type: none"> - freies Regelwerk - offenes Spielfeld ohne Netz - Spielpartner/-innen werden nicht festgelegt, sondern bestimmen sich selbst
<p>Merkmale von Sportarten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Meist klar abgegrenzte, oft geschichtlich gewachsene Einheit von strukturierten Formen der Bewegung - Regelwerk, Wettkampfbetrieb, Verbreitung, Organisationsgrad - Weiterentwicklung durch Verschmelzung (Triathlon) oder durch Abspaltung (Rhythmische Sportgymnastik) von Sportarten 	<p>Kontrastierende Ausübung der Sportart Badminton:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeln, Zählweise - z.B. Clear, Drop, Aufschlag - normiertes Spielfeld - wettkampfgemäße Schläger und Spielbälle <p>Organisation eines Einzelturnieres</p>
<p>Merkmale von Leistungssport</p> <ul style="list-style-type: none"> - Höchstmaß an persönlicher Einsatzbereitschaft - Ausrichtung an Normen (z.B. Rekorde, Meisterschaften) - Orientierung an Sportarten - Planmäßiges Training - Talentförderung, Spezialisierung 	<p>Analyse eines Trainingsplanes</p> <p>Besuch eines Leistungszentrums oder eines Trainings bei einem Profiverein</p> <p>Planmäßiger Erwerb von Kompetenzen im Flag Football oder im Rope Skipping</p>

Theorie	Beispiele für die Praxis
Diskussion des Leistungsbegriffes im Spitzensport (u.a. Doping, Show, Kommerz, Rolle der Medien)	

Bemerkungen: Zahlreiche Sportarten kommen für dieses Modul in Frage: Seilspringen – Rope Skipping, Basketball – Streetball, Fußball – Beachfußball, Volleyball – Beachvolleyball, Vergleich: Kleine Spiele – Große Spiele etc. Damit ist die Liste nicht abgeschlossen. In Zusammenarbeit mit der Lerngruppe können weitere Inhalte bestimmt werden. Im Aufbaumodul eignet sich z.B. das Spiel Flag Football, das nach den Prinzipien des Leistungssports vermittelt werden kann (starke Lehrerrolle, viele normierte Laufwege, sehr kompliziertes Regelwerk).

Literaturhinweise:

Pawelke, Rainer (Hrsg.):
Neue Sportkultur
Lichtenau 1995

Fischer/Wolf/Hidajat:
sportiv Badminton
Stuttgart 1996

Gottschalk, Bernd:
Einführung in das NFL Flag Football Spiel
Frankfurt 2000 (ausgearbeitete Stundenkonzepte!!)
Anfrage über Frankfurt Galaxy an Herrn Fischer (069/97827975) oder
frank.fischer@frankfurt-galaxy.de

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Merkmale der unterschiedlichen Sportpraxen, ggf. Transfer auf andere Beispiele (siehe Bemerkungen), Regelfragen
- Facetten des Leistungsbegriffes, Problematik des Leistungssports

Praxis:

- Überprüfung erworbener technischer Fertigkeiten (Schlagkombination) und grundlegender taktischer Fähigkeiten (Spiel 1:1) im Badminton
- Überprüfung von Pass- und Fangtechniken (Flag Football)
- Überprüfung des Spielverhaltens beim Quarterbackball (Flag Football)

Modul XI: Spiele spielen

Ziele: In diesem Modul sollen Schülerinnen und Schüler Kenntnisse über die geschichtliche Entwicklung eines ausgewählten Mannschaftsspieles erwerben; in Verbindung mit der Spielpraxis ist die Kenntnis der wesentlichen Merkmale des Spieles sowie dessen typischer technischer und taktischer Inhalte unverzichtbar. Um die unterschiedlichen Spielstrukturen deutlich zu machen, wird ein Mannschaftsspiel mit einem ausgewählten Rückschlagspiel verglichen. Einfache Methoden der Spielbeobachtung werden entworfen und angewendet, um die Leistung von Spielerinnen und Spielern einschätzen zu können.

In der Vertiefung sollen Struktur und Regeln für ein Spiel kreativ entwickelt werden. Ebenso sollen technische Fertigkeiten und taktische Fähigkeiten in neuen Praxisfeldern (Spielpraxis, Organisation eines Turniers) Anwendung finden.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Einblick in die geschichtliche Entwicklung eines Sportspiels (Mannschaftsspiel)	Mannschaftsspiel (Torschusspiel) aus dem Bereich B des Lehrplans Sport SI
Typische Merkmale/Struktur des ausgewählten Spiels (u.a. Regeln, Spielgerät, Schiedsrichter)	Schülerinnen /Schüler übernehmen die Leitung des Spiels
Spezifische technische Fertigkeiten und ausgewählte taktische Fähigkeiten	Z.B. Wurftechniken beim Basketball, Prinzip der Zonenverteidigung
Vergleich eines Mannschaftsspieles mit einem Rückschlagspiel	Rückschlagspiel aus dem Bereich B des Lehrplans Sport SI
Einfache Formen der Spielbeobachtung und Spielanalyse (Anfertigung eines einfachen Beobachtungsbogens)	Spielbeobachtung, einfaches Protokoll und gemeinsame Auswertung
Vergleich: Kleine Spiele – Große Spiele	
<i>Entwicklung neuer Spielideen und Gestaltung eines neuen Spieles</i>	
<i>Planung eines schulischen Spieleturnieres</i>	
<i>Einblick in einfache spieltheoretische Konzepte (z.B. Schaller, Dietrich)</i>	
<i>Vertiefung der Spielbeobachtung und Anwendung auf ein weiteres Spiel</i>	

Literaturhinweise:

Falls Basketball als Mannschaftsspiel gewählt wird, werden folgende Bücher empfohlen:

Reim, H./Krüger, W.:
sportiv basketball – Theorie zur Praxis
Stuttgart 1996

Steinhöfer, D./Remmert, H.:
Basketball in der Schule
Münster 1998

DBB (Hrsg.):
Basketball lernen – einfach gemacht
(CD-ROM mit vielen Hinweisen)
Hagen 2000

Döbler, Erika u.Hugo:
Kleine Spiele
Berlin 1998

Weitere Literaturempfehlungen für andere Sportspiele sind der Handreichung zum Lehrplan Sport S I zu entnehmen.

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Darstellung und Vergleich der Strukturen der behandelten Spiele
- Entwicklung eines Beobachtungsbogens
- Auswertung eines Spieleprotokolls

Praxis:

- Überprüfung technischer Fertigkeiten und einfacher taktischer Fähigkeiten in den behandelten Spielen

Modul XII

Kreatives Bewegungshandeln am Beispiel Gymnastik und Tanz

Ziele: In diesem Modul sollen Schülerinnen und Schüler auf der Basis der allgemeinen motorischen Grundlagen für Gymnastik und Tanz Kreativität in der Bewegung entwickeln, Ästhetik und Gefühl ausdrücken und vorführen. (*)
Im Aufbaumodul sollen neue vorgegebene Formen gelernt und vor allem qualitativ vertieft werden.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Rhythmik - Takte	Auszählen der Takte eines Musikstücks zur eigenen Bewegungsgestaltung
Ausdrucksmöglichkeiten - Mimik - Gestik - Bewegung - Erweitern durch Hilfsmittel: Handgeräte Kostüme - Einzelgestaltung - Gruppengestaltung - Koordination von Raum, Zeit und Dynamik	Gefühle, Erlebnisse, Stimmungen durch Bewegung ausdrücken Aufstellungsformen: - Block, Pulk - Reihen, Kreis....
Tanzbeschreibung/Choreographie - Zeichen - Versprachlichung Rolle als Choreograph	Umsetzen der Tanzbeschreibung in Bewegung: - Nachtanzen einer vorgegebenen Choreographie - Eigene Choreographien erstellen: Variieren, Kombinieren und Erfinden von Bewegungen Entwicklung eines Tanzprojekts, z.B. Vorführung bei einer öffentlichen Veranstaltung (Sportlerball, Schulfest o.Ä.)
Tanzstilarten <i>Gesellschaftstänze: Walzer, Tango, ...</i> Folkloretänze <i>Ballett</i> <i>Pop: Rock'n Roll, Jazz, Rap, Hip-Hop, ...</i>	<i>Grundschrifte</i>
	Besuch einer Tanzschule <i>Besuch eines Tanztheaters</i>
<i>Entwicklung eines differenzierten Bewegungsgefühls und der Bewegungsqualität</i>	<i>Eigenbeobachtung im Spiegel</i> <i>Videoaufzeichnungen</i>

Bemerkungen: * siehe Lehrplan Sport S I S.28/29

Eine fächerverbindende Zusammenarbeit mit folgenden Fächern sollte angestrebt werden: Darstellendes Spiel, Werken, Kunst, Textiles Gestalten

Literaturhinweise:

Klasse Musik: Praxis Musikunterricht (Klassenstufen 5 – 10)

Heft 1/2002 (Dieses Heft enthält praktische Beispiele für die Gestaltung des Moduls.)

Hinweise zur Leistungsfeststellung:

Theorie:

- Auszählen eines Musikstücks
- Erstellen einer Teilchoreographie

Praxis:

- Praktische Vorführung

Modul XIII
Organisation von schulischen und außerschulischen
Sportprojekten
am Beispiel „Organisation eines Streetball-Turniers“

Ziele: In diesem Modul sollen Schülerinnen und Schüler befähigt werden, eigenständig schulische und außerschulische Sportprojekte zu organisieren und durchzuführen.

Inhalte

Theorie	Beispiele für die Praxis
Thema: Organisation und Durchführung eines Streetball-Turniers	Voraussetzung: Basketball-Spielkenntnisse
Basketball-/Streetball-Regeln	- Aufgaben des Spielbeobachters beim Streetball - Durchführung eines „Probeturniers“
Organisation - Inhalte einer Ausschreibung (Termin, Ort, Ansprechpartner ...) - Entwurf eines Streetball-Plakates - Entwurf einer Zeitungsvorankündigung - Auswahl der Musikstücke - Besprechung und Entwurf eines Turnierplans	- Verteilung von Ausschreibungen, Plakaten und Handzetteln - Musikanlage - Einteilung in Altersgruppen - Geeignet: Jeder gegen jeden innerhalb der Gruppe bzw. K.O.-System - Je nach Anzahl der Gruppen: Spiel auf Zeit oder bis 15 Punkte
Besprechung - Verpflegung der Zuschauer und Aktiven mit Getränken, Kuchen, Snacks Besprechung der Checkliste - Versicherungsschutz prüfen - Siegerehrung (Urkunde entwerfen) - Verbindung zu Ansprechpartnern (z.B. Verein, Gemeinde, Polizei)	

Bemerkungen: Angesichts der Besonderheit dieses Projektes können Aussagen zu einem Aufbaumodul nicht formuliert werden. Bei diesen Projekten sollte fachübergreifend gearbeitet, und es sollten externe Experten hinzugezogen werden. Die Zusammenarbeit mit der Polizei ist empfehlenswert; sie unterstützt Streetball-Turniere als Präventionsmaßnahme gegen Gewalt und stellt Mitarbeiter, Medien und Preise zur Verfügung.

Die Einnahmen aus dem Verkauf von Kuchen, Snacks und Getränken können zur Finanzierung von Ski- bzw. Surffreizeiten verwendet werden.

Die Gestaltung von Ausschreibungen, Plakaten und Urkunden kann in die Benotung eingehen.

Grundsätzlich ist die Organisation einer Sommerfahrt (z.B. mit dem Schwerpunkt Surfen) und/oder einer Winterfahrt (z.B. mit dem Schwerpunkt Skilaufen, Snowboarden) anzustreben.

Weitere schulische und außerschulische Sportprojekte:

- Beach-Volleyball-Turnier
- Sommerprojekt am Wasser, z.B. Surffreizeit
- Klettern / Erstellung einer Kletterwand
- Skibasar (Organisation und Durchführung)
- Winterprojekt in den Bergen, z.B. Ski- und Snowboardfreizeit

Informationen aus dem Internet: www.nullgradcelsius.de

Hinweise zur Leistungsfeststellung:**Theorie:**

- Entwurf eines Plakates für die Veranstaltung
- Leistungen im Bereich der Organisation der Veranstaltung

Praxis:

- Überprüfung ausgewählter Fertigkeiten und Fähigkeiten in dem behandelten Spiel bzw. in den behandelten Sportarten

Modul XIV

Kooperation von Schule mit außerschulischen Partnern

Ziele : Die Schülerinnen und Schüler sollen durch den Kontakt mit außerschulischen Einrichtungen des Sports erkennen, dass der heutige Sport außerordentlich vielfältig ist, einen festen Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens darstellt und viele mögliche Berufsfelder und nebenamtliche Tätigkeiten eröffnet.

Die Arbeit an einem Schwerpunkt dieses Moduls ist vor allem von den örtlichen Voraussetzungen abhängig. Aufgeführt sind drei ausgewählte Beispiele bereits praktizierter Kooperationen mit unterschiedlicher Schwerpunktsetzung. Die Liste ist beliebig erweiterbar.

Inhalte

Zielsetzungen	Beispiele für praktizierte Kooperationen
<p>Beispiel 1:</p> <p>Erwerb einer "Kinderlizenz" im Bereich Fußball</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundsätze der Gestaltung einer Übungseinheit • Kennenlernen von Trainingsbeispielen 	<p>Zusammenarbeit mit z.B. dem Fußballverband Rheinland und einer Grundschule vor Ort</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erwerb der technischen Voraussetzung zur Demonstration • Arbeit mit einer Übungsgruppe zu einem ausgewählten Thema
<p>Beispiel 2:</p> <p>Vorstellung eines Berufsfeldes: Physiotherapeut</p> <p>Zugang zum Thema über Inhalte aus der Trainingslehre : Kraft</p>	<p>Zusammenarbeit mit einem Fitnessstudio mit physiotherapeutischem Schwerpunkt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraftarbeit im Studio • Physiotherapie und ihre Anwendungsmöglichkeiten • <i>Evt. Auseinandersetzung mit Krankheits- und Schadensbildern</i>
<p>Beispiel 3:</p> <p>Bewegungsanalyse Hürdenlauf unter Nutzung besonderer örtlicher Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibung • Auswertung der Aufnahmen (Vergleich Ist-Soll-Zustand) 	<p>Sportinstitut der Universität Koblenz und Projekt "Cube"</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen der Hürdentechnik • Aufzeichnung des Bewegungsablaufes • Verbesserung der eigenen Technik durch die Eigenanalyse • Erweiterung auf andere leichtathletische Disziplinen

Wegen der Besonderheit dieses Moduls entfallen Aussagen zum Aufbaumodul, zur Literatur sowie zur Leistungsfeststellung.

5. Hinweise zu Notengebung und Leistungsbeurteilung

Bei einem **zweistündigen Wahlpflichtfach Sport** werden in einem Halbjahr Themen aus mindestens zwei Modulen behandelt. Bei angenommenen 40 Wochen/Schuljahr bzw. 20 Wochen/Schulhalbjahr stehen für jedes Thema 10 Stunden im Bereich Theorie und 10 Stunden im Bereich Praxis zur Verfügung. Da am Ende eines Theorieblockes eine schriftliche Überprüfung erfolgt, können noch einmal zwei Stunden für die Vorbereitung und die Durchführung der schriftlichen Überprüfung abgezogen werden. Entsprechendes gilt für die Vorbereitung und die Durchführung der Überprüfung in der Sportpraxis.

Theorie (Anteil an Gesamtnote: 50%)	Praxis (Anteil an Gesamtnote: 50%)
Ausgewählte Inhalte aus mindestens zwei Modulen/ Halbjahr (20 Stunden) Eine Klassenarbeit/Halbjahr sowie weitere schriftliche/mündliche Leistungen	Ausgewählte Inhalte aus mindestens zwei Sportarten/Halbjahr (20 Stunden) Praktische Überprüfungen

Bei einem **vierstündigen Wahlpflichtfach Sport** werden in einem Halbjahr Themen aus mindestens drei Modulen behandelt. Die erforderlichen Zeitkontingente pro Thema legt die Lehrkraft fest. Entsprechendes gilt für die Vorbereitung und die Durchführung der Überprüfung in der Sportpraxis.

Theorie (Anteil an Gesamtnote: 50%)	Praxis (Anteil an Gesamtnote: 50%)
Ausgewählte Inhalte aus mindestens drei Modulen, wobei eine intensivere Behandlung zumindest eines Moduls vorzunehmen ist/ Halbjahr (40 Stunden)	Ausgewählte Inhalte aus mindestens drei Sportarten/Halbjahr (40 Stunden)
Zwei Klassenarbeiten /Halbjahr sowie weitere schriftliche/mündliche Leistungen	Praktische Überprüfungen

Bei **einem dreistündigen Angebot** und damit abweichenden Stundenzahlen ist eine schulinterne Lösung zu suchen.