Schuleigener Lehrplan der Bertha- Krupp – Realschule

Schuleigener Lehrplan Sport der Bertha- Krupp- Realschule – Doppeljahrgang 5/6

Inhaltsbereiche des Schulsports	**Unterrichtsvorhaben**	**Umfang**	**Pädagogische Perspektive**	**Medienkompetenzrahmen (MKR)**
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	- Gleichgewichtsschulung: Balancieren können - Anspannung und Entspannung: Körperkontrolle, Körperbereiche und -regionen bewusst wahrnehmen, Arm- und Beinkoordination - Laufen und Abstoppen, Schrittfolgen beobachten und umsetzen, Spiegelbewegungen in Partnerarbeit	5 Std. 5 Std. 5. Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Etwas wagen und verantworten (C) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)	Siehe MKR 1.1
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	- Kleine und kooperative Spiele - Gewinnen und verlieren, Fair Play - *Spielen auf dem Schulhof*	5 Std. 5 Std. *5 Std.*	Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	- Grunddisziplinen Leichtathletik kennen lernen: 50m Sprint, 800m Ausdauerlauf, 80 gr. Schlagballwurf, Weitsprung - Schulung der Laufausdauer: schrittweise bis hin zum 15 min Lauf (erste Pulsmessungen) - Vom Springen auf und über etwas zum Hochsprung der Leichtathletik	10 Std. 5 Std. 5 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F), Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
4. Bewegen im Wasser – Schwimmen	- Wasser als anderes Bewegungsmedium entdecken, Tragfähigkeit des Wassers erleben - Spielen im Wasser - verschiedene Schwimmstile (Brust-, Kraul- und Rückenkraulschwimmen) kennen und erlernen - verschiedene Sprünge (Startsprung, Kopfsprung, Strecksprung vom 1m- und 3m-Brett) - Tauchen: Tief- und Streckentauchen	Ausbildung erfolgt während des gesamten 5. Schul-jahres (2 Std/Wo.)	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D) Etwas wagen und verantworten (C) Gesundheit fördern, Gesundhtsbewusstsein	

	(Atemkontrolle) - Erwerb der Jugendschwimmabzeichen des DLRG (Bronze, Silber, Gold) - Sicherheit in und um das Wasser (Kenntnis der Badregeln des DLRG) - Hinführung an die Rettungsfähigkeit (Abschleppgriffe und Abschleppen)		entwickeln (F),	
5. Bewegen an Geräten – Turnen	- Gerätebahnen spielerisch aber sicher überwinden - Klettern an Tauen und Geräte (Koordination, Kraft), im Sommer: Boulderwand - Bodenturnen (Rolle vw., Hinführung Handstand, Rad, erste Übungsverbindungen) - Gerätezirkel: Kennen lernen der verschiedenen Turngeräte - Springen (Bock, Hockwende)	5 Std. 5. Std. 10 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D) Etwas wagen und verantworten (C)	
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	- Bewegen zur Musik, Rhythmusgefühl entwickeln - Bewegungsgestaltungen erarbeiten, Akrobatik, - Gruppentänze	10 Std. 5-10 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)	
7. Spielen in und mit Regelnstrukturen – Sportspiele	- Grundkenntnisse und Grundfertigkeiten der Großen Sportspiele erwerben und gemeinsam Anwenden, Fair Play-Gedanke: - Fußball (Dribbling, Passen und Stoppen, Torschuss) - Basketball ((Dribbling, Passen und Stoppen, Korbwurf(Hinführung zur Technik Korbleger)) - Badminton (Auge-Hand/Schlägerkoordination)	10 Std. 5 Std. 5 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
8. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	- Unterscheidung Kämpfen und Raufen /regelgerechtes Kämpfen - Entwicklung eigener Regeln für das Kämpfen - Zweikämpfe am Boden, im Stehen - *erste Haltegriffe und Befreiungstechniken*	10 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D) Etwas wagen und verantworten (C)	

Inhaltsbereiche des Schulsports	**Unterrichtsvorhaben**	**Umfang**	**Pädagogische Perspektive**	**Medienkompetenzrahmen (MKR)**
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	- Gleichgewichtsschulung: Balancieren können - Anspannung und Entspannung: Körperkontrolle, Körperbereiche und -regionen bewusst wahrnehmen, Arm- und Beinkoordination - Pulsmessung beim Laufen	5 Std. 5 Std. 5. Std.	Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)	Siehe MKR: 1.2 1.3 1.4 2.1 2.2 2.3
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	- Kleine und kooperative Spiele - Gewinnen und verlieren, Fair Play, Regeln selbst entwickeln - Hallenfrisbee	5 Std. 5 Std. 5 Std.	Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)	
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	- Grunddisziplinen Leichtathletik kennen lernen: 75m Sprint, 800m Ausdauerlauf, 200 gr. Schlagballwurf, Weitsprung aus der Zone - Schulung der Laufausdauer: schrittweise bis hin zum 15 min Lauf Pulsmessung s.o.	10 Std. 5 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)	
4. Bewegen an Geräten – Turnen	- Circuittraining: Kraft und Kraftausdauer - Bodenturnen (Rolle vw./rw., Handstand, Rad, Übungsverbindungen)	5 Std. 5. Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Etwas wagen und	

	- Gerätezirkel: Kennen lernen der Turngeräte: - Reck: Auf-, Umschwung vw./rw., Unterschwung - Springen - Barren: Schwingen, Grätschsitz, Kehren	5.Std. 5.Std. 5.Std. 5.Std.	verantworten (C) Etwas wagen und verantworten (C) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
5. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	- Bewegen zur Musik, Rhythmusgefühl weiterentwickeln - Bewegungsgestaltungen mit Handgeräten erarbeiten, - Akrobatik,	5 Std. 5.Std. 10 Std.	Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B) Etwas wagen und verantworten (C)	
6. Spielen in und mit Regelnstrukturen – Sportspiele	- Grundkenntnisse und Grundfertigkeiten der Großen Sportspiele erwerben und gemeinsam Anwenden, Fair Play-Gedanke: - Fußball (Dribbling, Passen und Stoppen, Torschuss Innenseite/Spannstoß) - Basketball ((Dribbling, Passen und Stoppen, Sternschritt, Korbleger) - Badminton (Grundschläge: Clear, Aufschlag von unten) - Volleyball: Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten	10 Std. 10 Std. 10 Std. 10 Std. 10 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
7. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	- Weiterentwicklung der Regeln für das Kämpfen, Übernahme von	10 Std.	Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren,	

	Kampfrichteraufgaben - Zweikämpfe am Boden, im Stehen	*5 Std.*	verstehen und einschätzen (D) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D) Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)	

Inhaltsbereiche des Schulsports	**Unterrichtsvorhaben**	**Umfang**	**Pädagogische Perspektive**	**Medienkompetenzrahmen (MKR)**
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	- Zirkeltraining zur Verbesserung der allgemeinen Ausdauer - spezifischer Zirkel zur Verbesserung sport-artenspezifischer Anforderungen - Aufwärmen bzw. Doppelstunde leiten	10. Std. 10. Std. 10. Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Etwas wagen und verantworten (C) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F), Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	Siehe MKR: 1.2 1.3 1.4 2.1 2.2 2.3
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	- Ultimate-Frisbee – Ein Spiel für die Halle, den Garten und den Strand	5 Std.	Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen	

			und einschätzen (D)	
3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	- Vorbereitung und Durchführung des Sportfestes mit allen Grunddisziplinen - Begleitung des Sportfestes durch SuS des 10. Jahrgangs	10 Std. 5 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F), Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
4. Bewegen an Geräten – Turnen	- Parcour – Turnen mit und ohne Geräte - Slackline – Stehen, Gehen und Tricks auf der Line - Turnen an Ringen und Tauen	10. Std. 10. Std. 5.Std.		
5. Spielen in und mit Regelnstrukturen – Sportspiele	- Volleyball: komplexe Spielsituationen in Angriff und Abwehr; Angriffsschlag und Block - Hockey: Passen, Stoppen und die Spielidee - Badminton: Drop, Smash und Drive; Das komplexe Spiel im Doppel - Handball: Passen, Fangen, Torwurf; Angriff- und Abwehrsituation und die Spielidee - 1 weiteres gr. Sportspiel	10 Std. 10 Std. 10 Std. 10 Std. 10 Std.	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)	
7. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	- Mit- und Gegeneinander: Kraftübungen mit dem Partner - Fitness-Kickboxen	10 Std. *5 Std.*	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A), Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E) Das Leisten erfahren, verstehen	

			und einschätzen (D) Etwas wagen und verantworten (C)	

Zuordnung der Themen der schulischen Fachcurricula zu den einzelnen Bereichen des Medienkompetenzrahmens

Aufgabe:
Ordnen Sie Themen ihres Lehrplans den einzelnen Kompetenzen des MKR zu.
Nennen Sie die jeweilige Jahrgangsstufe und ggf. auch die passenden Methoden / Medien.
Gibt es weitere Themen, die Sie zukünftig in Ihrem Fach umsetzen möchten? Fügen Sie auch diese in die Tabelle ein (andere Schriftfarbe).

1. Bedienen und Anwenden		
Fach	**Klassenstufe**	**Beschreibung (Thema, Methoden, Medien)**
1.1 Medienausstattung (Hardware) Medienausstattung (Hardware) kennen, auswählen und reflektiert anwenden; mit dieser verantwortungsvoll umgehen		
Sport	5-10	Musikanlage
1.2 Digitale Werkzeuge Verschiedene digitale Werkzeuge und deren Funktionsumfang kennen, auswählen sowie diese kreativ, reflektiert und zielgerichtet einsetzen		
Sport	*8-10*	*Anwendung von Beamer, um Bewegungsabfolgen aufzuzeigen.*
1.3 Datenorganisation Informationen und Daten sicher speichern, wiederfinden und von verschiedenen Orten abrufen; Informationen und Daten zusammenfassen, organisieren und strukturiert aufbewahren		
Sport	8-10	Wenn Tablets vorhanden, diese zu Aufnahmezwecken von z.B. bestimmter Bewegungsabläufe nutzen. Schülerinnen und Schüler können mit Hilfe der Aufnahmen Fehler erkennen und diese verbessern.
1.4 Datenschutz und Informationssicherheit Verantwortungsvoll mit persönlichen und fremden Daten umgehen, Datenschutz, Privatsphäre und Informationssicherheit beachten		
Sport	8-10	Über die Gefahren der Datennutzung und Weitergabe aufklären. Persönliche Daten (z.B. Aufnahmen) verbleiben in

		der Schule und sind für Schülerinnen und Schüler nur im Sportunterricht zugänglich.

2. Informieren und Recherchieren		
Fach	**Klassenstufe**	**Beschreibung (Thema, Methoden, Medien)**
2.1 Informationsrecherche Informationsrecherchen zielgerichtet durchführen und dabei Suchstrategien anwenden		
Sport	8-10	Nutzung von Youtube, um idealtypische Bewegungsabläufe verschiedener Sportarten zu verinnerlichen oder auch als Einstiegshilfe zu nutzen.
2.2 Informationsauswertung Themenrelevante Informationen und Daten aus Medienangeboten filtern, strukturieren, umwandeln und aufbereiten		
Sport	8-10	Schülerinnen und Schüler sind in der Lage die im Medienangebot vorgegebenen Bewegungsabläufe als geeignet oder ungeeignet zu bewerten und auf sich zu projizieren.
2.3 Informationsbewertung Informationen, Daten und ihre Quellen sowie dahinterliegende Strategien und Absichten erkennen und kritisch bewerten		
Sport	8-10	Schülerinnen und Schüler sind in der Lage die Medienangebote kritisch zu hinterfragen.
2.4 Informationskritik Unangemessene und gefährdende Medieninhalte erkennen und hinsichtlich rechtlicher Grundlagen sowie gesellschaftlicher Normen und Werte einschätzen; Jugend- und Verbraucherschutz kennen und Hilfs- und Unterstützungsstrukturen nutzen		

3. Kommunizieren und Kooperieren		
Fach	**Klassenstufe**	**Beschreibung (Thema, Methoden, Medien)**
3.1 Kommunikations- und Kooperationsprozesse Kommunikations- und Kooperationsprozesse mit digitalen Werkzeugen zielgerichtet gestalten sowie mediale Produkte und Informationen teilen		

3.2 Kommunikations- und Kooperationsregeln Regeln für digitale Kommunikation und Kooperation kennen, formulieren und einhalten
3.3 Kommunikation und Kooperation in der Gesellschaft Kommunikations- und Kooperationsprozesse im Sinne einer aktiven Teilhabe an der Gesellschaft gestalten und reflektieren; ethische Grundsätze sowie kulturell-gesellschaftliche Normen beachten
3.4 Cybergewalt und Kriminalität Persönliche, gesellschaftliche und wirtschaftliche Risiken und Auswirkungen von Cybergewalt und -kriminalität erkennen sowie Ansprechpartner und Reaktionsmöglichkeiten kennen und nutzen

4. Produzieren und Präsentieren		
Fach	**Klassenstufe**	**Beschreibung (Thema, Methoden, Medien)**
4.1 Medienproduktion und Präsentation Medienprodukte adressatengerecht planen, gestalten und präsentieren; Möglichkeiten des Veröffentlichens und Teilens kennen und nutzen		
4.2 Gestaltungsmittel Gestaltungsmittel von Medienprodukten kennen, reflektiert anwenden sowie hinsichtlich ihrer Qualität, Wirkung und Aussageabsicht beurteilen		
4.3 Quellendokumentation Standards der Quellenangaben beim Produzieren und Präsentieren von eigenen und fremden Inhalten kennen und anwenden		
4.4 Rechtliche Grundlagen Rechtliche Grundlagen des Persönlichkeits- (u. a. des Bildrechts), Urheber- und Nutzungsrechts (u. a. Lizenzen) überprüfen, bewerten und beachten		

5. Analysieren und Reflektieren		
Fach	**Klassenstufe**	**Beschreibung (Thema, Methoden, Medien)**
5.1 Medienanalyse Die Vielfalt der Medien, ihre Entwicklung und Bedeutungen kennen, analysieren und reflektieren		
5.2 Meinungsbildung Die interessengeleitete Setzung und Verbreitung von Themen in Medien erkennen sowie in Bezug auf die Meinungsbildung beurteilen		
5.3 Identitätsbildung Chancen und Herausforderungen von Medien für die Realitätswahrnehmung erkennen und analysieren sowie für die eigene Identitätsbildung nutzen		

5.4 Selbstregulierte Mediennutzung
Medien und ihre Wirkungen beschreiben, kritisch reflektieren und deren Nutzung selbstverantwortlich regulieren; andere bei ihrer Mediennutzung unterstützen

6. Problemlösen und Modellieren		
Fach	**Klassenstufe**	**Beschreibung (Thema, Methoden, Medien)**
6.1 Werkzeuge der digitalen Welt Grundlegende Prinzipien und Funktionsweisen der digitalen Welt identifizieren, kennen, verstehen und bewusst nutzen		
6.2 Algorithmen erkennen Algorithmische Muster und Strukturen in verschiedenen Kontexten erkennen, nachvollziehen und reflektieren		
6.3 Modellieren und Programmieren Probleme formalisiert beschreiben, Problemlösestrategien entwickeln und dazu eine strukturierte, algorithmische Sequenz planen, diese auch durch Programmieren umsetzen und die gefundene Lösungsstrategie beurteilen		
6.4 Bedeutung von Algorithmen Einflüsse von Algorithmen und Auswirkung der Automatisierung von Prozessen in der digitalen Welt beschreiben und reflektieren		