

# Schulinternes Curriculum Fach Sport

(Stand 06-2017)



## 1. Aufgaben und Ziele des Faches Sport

### 1.1 Leitbild für das Fach Sport

Sport genießt bei den Schülerinnen und Schülern des Gymnasiums Köln-Pesch einen hohen Stellenwert. Dieser Stellenwert schlägt sich im schulinternen Lehrplan nieder. Das Gymnasium Pesch folgt einem ganzheitlichen Leitbild und setzt sich als bewegungsfreudige Schule zum Ziel, bei den Schülerinnen und Schülern Freude an Bewegung durch Spiel und Sport zu fördern.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport. Den Schülerinnen und Schülern des Gymnasium Peschs wird Gelegenheit gegeben, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Sportlehrkräfte für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein. Das Gymnasium Köln-Pesch fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie

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

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachkonferenz Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Bei-

trag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um es Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet das Gymnasium Köln-Pesch Schülerinnen und Schülern im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe, vertieft Einblick in wissenschaftsprägedisches Arbeiten zu erhalten.

## **1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung**

Die Fachkonferenz Sport (Leitung zur Zeit: Herr Schmidt und Herr Mewes) ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit getroffen:

- Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts.
- Verantwortlich für die Koordination der Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind die Vorsitzenden der Fachkonferenz. Sie verpflichteten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.
- Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich zur Entwicklung eines Leitbildes mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit zugänglich.
- Die Fachkonferenz Sport stimmt ihre zu entwickelnde Projekte und die vereinbarten Veranstaltungen und Schulsporttermine mit der Schulleitung spätestens zum Ende des Schuljahres ab. Die Termine werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn des Schuljahres vorgestellt.

## **1.3 Sportstättenangebot**

### **1.3.1 Auf dem Schulgelände**

- eine Dreifachsporthalle sowie eine Einfachsporthalle im Vormittagsbereich und Nachmittagsbereich
- Sportplatz mit
  - fünf 100 m Laufbahnen (Kunststoffbelag)
  - zwei Sprunggruben mit Anlauf (Kunststoffbelag)
  - zwei Mehrzweckfelder (Kunststoffbelag)

### **1.3.2 Im Umfeld der Schule**

- Nutzung des Hallenbades Chorweiler
- Naherholungsgebiet mit See und Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Kunstrasenplatz FC Pesch (Benutzung nach Absprache mit dem Verein)

## **1.4 Unterrichtsangebot**

Der Sportunterricht wird in allen Klassenstufen auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt.

- Regelunterricht der Klassen in der Sek. I: 3-stündig
- Einführungsphase der Sek. II: 3-stündig
- Qualifikationsphase der Sek. II: 3-stündig

## **1.5 Fächerverbindender/ fächerübergreifender Unterricht**

Das Fach Sport ist ein Unterrichtsfach, das auf Grund seiner ihm eigenen Struktur der Sachinhalte zahlreiche Fachbereiche berücksichtigt: Sportpsychologie, Sportpädagogik, Sportbiologie, Sportsoziologie u.v.m. Diese Verpflichtung gilt nur begrenzt für den Sportunterricht, da viele theoriebezogene Inhalte des Faches ohnehin fachübergreifend sind.

## **1.6 Außerunterrichtliches Sportangebot**

Die Fachkonferenz hat Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm verankert. Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot in verschiedenen Sportbereichen gemacht. Dabei findet eine Kooperation mit außerschulischen Partnern des Sports statt.

### **1.6.1 Arbeitsgemeinschaften**

Folgende Arbeitsgemeinschaften im Rahmen des Ganztagesbetriebes sind zur Zeit am Gymnasium Köln-Pesch eingerichtet:

- Ballsport Jahrgangsstufe 5
- Ballsport Jahrgangsstufen 6/7
- Zirkus-AG
- Tanz-AG

### **1.6.2 Sporthelferausbildung**

Die Schule bietet in Kooperation mit dem Stadt-/Kreissportbund Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich als Schulsportshelferin oder -helfer ausbilden zu lassen. Die Ausbildung und der Einsatz der Schulsportshelferinnen und -helfer werden von Frau Mosch und Herrn Linke koordiniert. Der Einsatz der Sporthelferinnen und -helfer ist vielfältig: Betreuung des Pausensports, Unterstützung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Betreuung von Arbeitsgemeinschaften u.v.m.

### **1.6.3 Schulsportwettkämpfe**

Das Gymnasium Köln-Pesch fördert das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport. Den Schülerinnen und Schülern wird Gelegenheit gegeben, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

### **1.6.4 Angebote des Faches im Rahmen schulischer Veranstaltungen**

Im Rahmen des ganzheitlichen Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule möchte die Fachkonferenz Sport Schülerinnen und Schülern durch folgende Veranstaltungen Anlässe geben, Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein zu entwickeln und Bewegung und Sport langfristig in den Lebensalltag zu integrieren:

- Sponsorenlauf: Es findet alle zwei Jahre ein Sponsorenlauf statt, dessen Erlös einem gemeinnützigen Zweck zur Verfügung gestellt wird.

- Unterstufen- und Mittelstufenfußballturnier unter Leitung der Schülersvertretung
- Schulsportfest (alle 2 Jahre)
- diverse Spiel- und Sportangebote am Tag der offenen Tür
- Klassenausflüge am sog. Verfügungstag mit sportlichen Schwerpunkten

## **2. Leistungsbeurteilung im Fach Sport**

### **2.1 Grundsätzliches**

Die Leistungsbewertung/Notengebung im Fach Sport erfolgt in der Sek I ausschließlich im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“ im Unterricht. Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beziehen sich auf den Erreichungsgrad aller der im Kernlehrplan ausgewiesenen Kompetenzen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung. Da aber das Fach Sport ein Unterrichtsfach ist, bei dem die Bewegungs- und Methodenkompetenz die Basis der umfassenden Handlungsfähigkeit bildet, unterscheidet sich das Fach Sport im Hinblick auf die Notengebung auf Grund seiner ihm eigenen Struktur von den anderen Fächern deutlich.

Die Grundsätze der Leistungsbewertung werden den Schülerinnen und Schülern immer zum Schuljahresbeginn, bei Lehrerwechsel auch zum Halbjahresbeginn mitgeteilt. Ein Hinweis darauf wird im Kurs- bzw. Klassenbuch vermerkt. Kriterien der Leistungsbewertung im Zusammenhang mit konkreten, insbesondere offenen Arbeitsformen (z. B. „Fit durch Step-Aerobic“ in der 8. Jg.) werden den Schülerinnen und Schülern grundsätzlich transparent gemacht.

Jede Sportlehrkraft dokumentiert regelmäßig die von den Schülerinnen und Schülern erbrachten Leistungen. Die Leistungsrückmeldung erfolgt in regelmäßigen Abständen (zumindest zum Quartalsende) in schriftlicher oder mündlicher Form. Eltern erhalten bei Elternsprechtagen sowie im Rahmen regelmäßiger Sprechstunden Gelegenheit, sich über den Leistungsstand ihrer Kinder zu informieren und dabei Perspektiven für die weitere Lernentwicklung zu besprechen.

Die Leistungsbeurteilung der Schülerinnen und Schüler im Fach Sport erfolgt, wie oben erwähnt, im Beurteilungsbereich „sonstige Leistungen“. Dabei unterliegt die Notengebung nach Maßgabe der Fachkonferenz Sport einerseits den allgemeinen Beurteilungskriterien für das Fach Sport (s. unten 1.7.2) und andererseits den sportartspezifischen Kriterien in den jeweiligen Jahrgangsstufen (s. schulinterne Lehrpläne Fach Sport). Die unterrichtende Lehrkraft begründet die Gewichtung der Kriterien entsprechend der Schwerpunkte des jeweiligen Unterrichtsvorhabens sowie in Absprache mit der Lerngruppe. Die Beurteilungsgrundlage erfolgt neben fortlaufender Beobachtung des Unterrichtsgeschehens anhand der Erhebungsverfahren in (s. unten) und ergibt sich ebenfalls aus dem Schwerpunkt des Unterrichtsvorhabens und Unterrichtsgegenstandes.

### **2.2 Beurteilungskriterien im Fach Sport**

- Sportliche Leistung in den Sportartengruppen hinsichtlich Weiten, Zeiten, Höhen (z. B. Leichtathletik), Schwierigkeiten, Bewegungsqualität (z. B. Geräteturnen, Tanz) und/oder Effizienz, Spielerfolg (z. B. Spiele)
- Steigerung der sportlichen Leistung während des Unterrichtszeitraums unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsniveaus (im Sinne eines Gesamtein-

drucks der Lernfortschritte, aber auch auf der Grundlage mehrmalig wiederholter motorischer Tests)

- Vielseitigkeit (im Sinne einer vielseitigen sportlichen Leistungsfähigkeit)
- Lernfähigkeit und -bereitschaft (Bereitwilligkeit, sich auf neue Aufgaben einzulassen)
- Anstrengungsbereitschaft (Bemühen und Einsatz beim Üben, Spielen, usw.)
- Selbstständigkeit (eigenständiges Lösen von Aufgaben)
- Zuverlässigkeit (verlässliche Erledigung von Aufgaben)
- Hilfsbereitschaft (Unterstützung von Mitschülerinnen und Mitschülern)
- Rücksichtnahme auf schwächere Mitschülerinnen und Mitschüler (fürsorgliche Achtsamkeit für Mitschülerinnen und Mitschüler)
- Akzeptieren schwächerer und Anerkennung stärkerer Mitschülerinnen und Mitschüler (Tolerierung von Könnensdifferenzen)
- Fairness im Spiel (Beachtung und Einhaltung vereinbarter Regeln)
- Kooperationsfähigkeit und -bereitschaft (Zusammenarbeit beim Lösen von Aufgaben)
- Fähigkeit und Bereitschaft zur gewaltfreien Konfliktbewältigung (argumentative Lösung von Auseinandersetzungen)
- Verständnis für Trainings- und Bewegungsphänomene (Wissen um Trainingsprinzipien, Trainingswirkungen, usw.)
- Spielverständnis (Verständnis für adäquate taktische Verhaltensweisen)
- Regelkenntnisse (Wissen um die in einzelnen Sportarten geltenden Regeln)
- Methodische Einsicht (Nachvollziehen der methodischen Inszenierung von Lernprozessen)
- Interesse an und Wissen um Gesundheit und Hygiene (Kenntnis von gesundheitsfördernden und gesundheitsschädlichen Verhaltensweisen im Sport)

### 2.3 Erhebungsinstrumente

Neben der Beobachtung des Unterrichtsgeschehens werden während und/oder zum Ende eines Unterrichtsvorhabens Leistungen im Rahmen der geförderten Kompetenzen anhand folgender Erhebungsinstrumente punktuell überprüft und dokumentiert:

- sportmotorische Tests
- Protokolle
- ggf. schriftliche Übungen
- sportliche Leistungsüberprüfungen anhand festgelegter Kriterien und/oder Leistungstabellen
- Darstellungsleistung (z.B. im Tanz)

### 2.4 Beispiele beobachtbaren Verhaltens unter den Inhaltsfeldern

Inhaltsfelder	Beobachtbares Verhalten
Bewegungsstruktur/ Bewegungslernen (a)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung taktiler, visueller und akustischer Wahrnehmungen für das Bewegen darstellen</li> <li>• peripheres Sehen und antizipatives Verhalten nachweisen und zeigen können</li> <li>• koordinative Leistungsfähigkeit nachweisen</li> <li>• die Reaktion des menschlichen Körpers auf Belastun-</li> </ul>

	gen einschätzen und ausdrücken
Bewegungsgestaltung (b)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten</li> <li>• differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen</li> <li>• Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen</li> <li>• Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen</li> </ul>
Wagnis und Verantwortung (c)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risiken beim Sporttreiben erkennen und verantwortungsvoll reduzieren</li> <li>• mit eigenen Ängsten und Ängsten anderer verantwortungsvoll umgehen</li> <li>• an der Bewältigung von Ängsten bei sportlichen Bewegungen arbeiten</li> <li>• Sicherheitsmaßnahmen beachten</li> <li>• Vertrauen und Verlässlichkeit zeigen</li> </ul>
Leistung (d)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fehler erkennen und korrigieren</li> <li>• konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen</li> <li>• taktische Fähigkeiten nachweisen</li> <li>• in Leistungssituationen Einsatz zeigen</li> <li>• beharrlich auf ein Ziel (z. B. Übungsziel) hinarbeiten</li> <li>• Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren</li> </ul>
Kooperation und Konkurrenz (e)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel- und Wettkampfleitung</li> <li>• fair handeln – über das bloße Einhalten von Regeln hinaus</li> <li>• Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten</li> <li>• Absprachen mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen</li> </ul>
Gesundheit (f)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen</li> <li>• gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln</li> <li>• Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen</li> <li>• Bewegung funktionsgerecht ausführen</li> <li>• gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale reflektieren</li> </ul>

### **3. Hervorhebung besonderer Bereiche<sup>1</sup>**

#### **3.1 Berufswahl**

Ausgehend von unserem Leitbild, die individuelle Persönlichkeitsentwicklung zu fördern (s. Schulprogramm), ist die Unterstützung unserer Schüler und Schülerinnen bei

<sup>1</sup> Die hier aufgeführten Bereiche bilden Schwerpunkte des pädagogischen Handelns am Gymnasium Köln-Pesch. Sie sind in den schulinternen Lehrplänen des Fachs Sport in den entsprechenden Farben der Überschriften hervorgehoben.

ihrer Studien- und Berufswahl ein wichtiges Anliegen des schulischen und außerschulischen Unterrichts.

Hierzu ist am Gymnasium Köln-Pesch ein fächerübergreifendes Konzept für die Studien- und Berufswahlvorbereitung der Schüler und Schülerinnen entwickelt worden, das studien- und berufswahlvorbereitenden Unterricht mit der Förderung der Medien- und Methodenkompetenz sowie der sozialen Kompetenz verknüpft. Denn Berufsorientierung ist vor dem Hintergrund des kontinuierlichen Wandels der Arbeitswelt und des Verständnisses von Berufsorientierung als Allgemeinbildung wesentlich mehr als nur die Entscheidung für oder gegen ein bestimmtes Studium bzw. eine bestimmte Berufsausbildung, sondern setzt sich das Ziel, die Schüler und Schülerinnen beim Aufbau einer biografischen Selbstkompetenz bzw. der Gestaltung der eigenen Arbeitsbiografie zu unterstützen.

Schulsport hat einen speziellen pädagogischen Auftrag. Grundsätzlich geht es um die (doppelte) Aufgabe, sowohl die Sport- und Bewegungskultur zu erschließen als auch die Persönlichkeit zu entwickeln. Aus den Kernlehrplänen tritt diese pädagogische Leitidee für den Schulsport als sog. Doppelauftrag prägnant hervor: Erziehung zum Sport und Erziehung durch Sport sollen sich ergänzen. Vor diesem Horizont werden mit Schulsport bestimmte Zielsetzungen verbunden, die an sportbezogene Motive wie Leistung oder Miteinander anknüpfen und auf erzieherische Vorstellungen wie Fairplay gerichtet sind. Diese Zielsetzungen werden auch in der Arbeitswelt gefordert. Somit kann das Fach Sport in besonderem Maße einen wichtigen Beitrag zur Berufswahlorientierung leisten.

#### a) Soft Skills

Der Sportunterricht trägt in elementarer Weise zur Persönlichkeitsbildung bei. Im Schulsport wird z. B. Fairness und Teamfähigkeit gelehrt und gelebt; im Schulsport lernt das Individuum seine Grenzen auszuloten, zu erkennen und einzuhalten; durch Schulsport wird die Fitness verbessert, werden die motorischen Voraussetzungen verbessert und ein verantwortungsvoller Umgang mit ihnen vermittelt und eingeübt; Sport macht Freu(n)de, Sport fördert das gesellschaftliche Leben, Sport prägt, Sport bildet. Und wieder ist es der Sportunterricht, der einen perfekten Zugang zum Lernen und Einüben der oben aufgelisteten Soft Skills bietet. Im Sportunterricht werden sie aktiv und zielgerichtet umgesetzt. Kein zweites Schulfach kann dieses Erfahrungsfeld nur annähernd ersetzen.

Aus diesem Grunde besteht die Leistungsbewertung für jede Schülerin und jeden Schüler nicht nur aus der individuellen sportlichen Leistungsfähigkeit. Berücksichtigt werden darüber hinaus auch Aspekte wie z. B. die Anstrengungsbereitschaft bei der Bewältigung von Bewegungsaufgaben, die Mitarbeit im Unterricht, das Helfen beim Auf- und Abbau von Geräten, Teamfähigkeit, Fairness und soziale Kooperation sowie das Anbieten und Durchführen von korrekten und konzentrierten Hilfeleistungen (insbesondere beim Üben im Gerätturnen).

Die Funktion dieser Leistungsbewertung liegt somit darin, einerseits sportbegabten Schülerinnen und Schülern auch die Soft Skills im Sportunterricht zu vermitteln und abzuverlangen. Für weniger Sporttalentierte ist diese Note eine Möglichkeit, mit ihren Soft Skills die eine oder andere schwache Sportleistung auszugleichen. Die Sportlehrkräfte sind verpflichtet, zu Beginn eines jeden Schuljahres die Leistungsbewertungskriterien zu thematisieren, um den Schülerinnen und Schülern zu verdeutlichen, dass nicht nur die sportliche Leistungsfähigkeit Grundlage der Sportnote ist.

#### b) Sportabzeichen

Die Fachkonferenz Sport hat im letzten Jahr beschlossen, allen Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit zu bieten, das Sportabzeichen zu erlangen. Sie trägt dabei

der Tatsache Rechnung, dass viele Schülerinnen und Schüler eine Karriere bei der Polizei anstreben.

Aus diesem Grund wird das Deutsche Sportabzeichen im schulinternen Curriculum des Sportunterrichts der 9. Jahrgangsstufe am Gymnasium Köln-Pesch implementiert. Die Fachschaft Sport orientiert sich dabei an den Kompetenzerwartungen im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungsfähigkeiten und -fertigkeiten, deren Zielsetzung vom Kernlehrplan Sport des Landes NRW definiert wird (vgl. „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“, „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“).

### **3.2 selbstständige Unterrichtsvorhaben**

Eigenverantwortliches Arbeiten ist eine pädagogische Leitidee, die in den Lehrplänen des Gymnasiums Köln-Pesch verankert ist. Ab dem Schuljahr 2016/17 hat das Gymnasium Köln-Pesch in jedem Jahrgang der Sek. I sog. „selbstständige Unterrichtseinheiten“ eingeführt. Im Kern dieses Ansatzes steht das eigenverantwortliche Arbeiten und Lernen. Darunter ist ein handlungsorientierter, schülerzentrierter Unterricht zu verstehen, der die Problemlösefähigkeit, Selbsttätigkeit und Eigenverantwortung des Kindes in den Vordergrund stellt. Schülerinnen und Schüler werden gefördert und gefordert, ihre Methodenkompetenz zu entwickeln. Die Arbeit in wechselnden Sozialformen entwickelt und baut Kommunikationsfähigkeit und Teamfähigkeit auf. Eigenverantwortung steigert die Entscheidungskompetenz und die Fähigkeit selbstständig zu organisieren.

Damit eine Öffnung des Unterrichts in Richtung Eigenverantwortung, Selbstständigkeit und Selbsttätigkeit die Schülerinnen und Schüler nicht chronisch überfordert, muss sie auf einen breiten Fundus von Methoden zurückgreifen können. Auch das Fach Sport sieht sich in der Verantwortung, Eigenständigkeit und Methodenkompetenz bei den Schülerinnen und Schülern zu fördern. Viele methodische Lehrwege sowie Lern- und Übungsreihen im Sportunterricht zeigen solche Unterrichtsschritte auf. In der 8. Jg. steht ein komplettes Unterrichtsvorhaben im Fokus des eigenständigen Lernens (Fit durch Step-Aerobic – Tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik nutzen).

### **3.3 Medieneinsatz**

Da der Umgang mit modernen Medien in unserer Gesellschaft immer wichtiger wird, möchten wir unseren Schülerinnen und Schülern erweiterte Grundkenntnisse in Sachen Medienkompetenz beibringen. Für die Heranwachsenden gibt es eine doppelte Herausforderung: Die Bedienung und die kritische Auseinandersetzung mit Medien. Dafür steht auch die Integration des Medienpasses NRW in den Unterricht der Jg. 5 und 6. Die Schülerinnen und Schüler lernen einen verantwortungsvollen Umgang mit Medien, d.h. erstes Analysieren, Reflektieren und Recherchieren mit traditionellen und neuen Medien. Die erreichten Kompetenzen werden im Medienpass NRW offiziell bestätigt.

Auch der Sportunterricht kann diese Herausforderung meistern. Digitale Medien bieten großes Potenzial komplizierte Bewegungsabläufe zu veranschaulichen (Animationen), sportliche Übungen der Schüler zu analysieren (Videoanalyse) oder einfach nur sportliche Wettkämpfe zu verwalten (Planung, Auswertung usw.). Auch für die Planung und Informationsbeschaffung (z. B. für Referate) sind zahlreiche digitale An-



gebote, wie vor allem Internet, vorhanden. Nicht nur die Lehrkräfte, auch die Schülerinnen und Schüler profitieren davon. Im Internet sind Informationen, Videos, Beiträge zu jeglichen Sportarten etc. auffindbar.

Das Spektrum des Medieneinsatzes ist also breit gefächert. Zu beachten ist jedoch, dass der willkürliche Einsatz im Sportunterricht nicht unbedingt zur Verbesserung der Lernsituation beiträgt. Die Fachkonferenz Sport achtet darauf, dass die Medien einer gewissen Qualität entsprechen, die es den Schülerinnen und Schülern ermöglicht, den Inhalt nachvollziehen zu können. Und sie werden so eingesetzt werden, dass das erlernte Wissen schnellstmöglich weiter verarbeitet werden kann. Visuelle und audiovisuelle Medien, die dabei Anwendung finden, geben den Schülerinnen und Schülern lediglich einen Eindruck bzw. eine Vorstellung von der Bewegungsausführung. Daher werden die Lernenden im Lernprozess mit Erklärungen und Hinweisen von der Sportlehrerinnen und Sportlehrern unterstützt, sowohl bei der Medienpräsentation als auch in der Übungsphase.

Wichtig jedoch ist: Die Bewegungszeit im Sportunterricht bleibt für die Schülerinnen und Schülern im Mittelpunkt und wird nicht zu stark vom Medieneinsatz eingeschränkt.

### 3.4 Gesundheitserziehung

Gesundheit ist ein hoher individueller und gesellschaftlicher Wert. Sie zu sichern und zu fördern muss auch ein vorrangiges Anliegen der Schule sein. Wenn Gesundheitserziehung verhaltenswirksam werden soll, darf sie nicht nur aus Aufklärung bestehen, sondern muss an praktisches Handeln und lebensweltliche Erfahrung anknüpfen. Das ist im Schulsport in besonderer Weise möglich.

Bewegung, Spiel und Sport bieten wichtige Ressourcen zur Stabilisierung der Gesundheit, wenn sie gesundheitsgerecht und verantwortungsvoll betrieben werden: Der Sport kann einen Beitrag dazu leisten, die körperliche Leistungsfähigkeit und die psychophysische Belastbarkeit zu verbessern. Im sportlichen Handeln können darüber hinaus körperliche Anstrengung und Regeneration erfahren und in ihrer Bedeutung für die Gesundheit eingeordnet werden; Körperreaktionen können wahrgenommen und gedeutet, emotionale Stabilität kann aufgebaut und soziale Integration erlebt werden.

Sport ist aber auch ein Feld mit eigenen gesundheitlichen Risiken. Deshalb ist es eine Aufgabe des Sportunterrichts, Schülerinnen und Schüler zu befähigen, einen nach Art und Maß individuell angemessenen Sport zu finden. Damit ist Gesundheitserziehung im Schulsport mehr als die Förderung gesundheitlich bedeutsamer Parameter durch präventives Training. Es geht unter dieser Perspektive auch darum, Erfahrungen zu sichern, wie sich gesundheitsgefährdende Stressoren abbauen lassen, und Kompetenzen zu vermitteln, die ein regelmäßiges gesundheitsgerechtes Sporttreiben in eigener Verantwortung ermöglichen.

Gesundheitliche Vorsorge ist allerdings für Kinder und Jugendliche kein wirksamer Antrieb zu sportlicher Aktivität. Deshalb haben gesundheitserzieherische Ansätze im Schulsport nur dann eine Chance, wenn sie an die Erfahrungen der Heranwachsenden anknüpfen und den Anschluss an Interessen und Betroffenheit der Schülerinnen und Schüler finden.

Auch junge Menschen, deren Gesundheit in der Regel nicht in Frage gestellt ist, können Sinn darin sehen, ihre Fitness zu verbessern, sich mit ihrem Körper auseinander zu setzen und ihn durch Training zu verändern. Es kann ihr Interesse finden, ihre sportliche Aktivität unter gesundheitlichen Gesichtspunkten zu beurteilen und,

wenn angezeigt, zu korrigieren. Erst recht können gesundheitserzieherische Zielsetzungen für