

BILDUNGSSTANDARD für BEWEGUNG und SPORT

Handreichung für
kompetenzorientiertes
Lernen und Lehren

Interfakultärer Fachbereich Sport- und Bewegungswissenschaft
der Universität Salzburg

Im Auftrag des

Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur

Salzburg & Wien
offizielle Fassung des
Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur
vom 12.02.2014

Version 1.0

Impressum:
Herausgegeben vom
Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur

Für den Inhalt verantwortlich:
Univ.-Prof. Dr. Günter Amesberger
Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Rudolf Stadler

Unter Mitarbeit von:
Mag. Sigrid Grossrubatscher

In Kooperation mit:
Sektion II/8 des Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur
Fachinspektor/innen für Bewegung und Sport
Lehrkräften für Bewegung und Sport
Schüler/innen

Salzburg, im Februar 2014

Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis.....	2
1 Aufgaben und Ziele der Handreichung	5
2 Zur Entstehungsgeschichte	6
3 Bildungsstandard im Unterrichtsfach Bewegung und Sport.....	7
3.1 Pro und contra Bildungsstandard	7
3.2 Was sind Kompetenzen und ein Bildungsstandard?	8
3.3 Von der Input- zur Outcome-Orientierung	9
3.4 Besonderheiten des Bildungsstandards für Bewegung und Sport	10
3.5 Kompetenzen, Teilkompetenzen und Deskriptoren.....	12
4 Kompetenzmodell und Grundsätzliches zum Kompetenzkatalog	14
4.1 Das Kompetenzmodell	14
4.2 Grundsätzliches zum Kompetenzkatalog für Bewegung und Sport.....	15
4.2.1 Kognitive und senso-motorische Kompetenzen in drei Handlungsdimensionen	16
4.2.2 Zwei Beispiele zum Thema Sportspiele:	18
5 Kompetenzkatalog Sekundarstufe I	20
5.1 SELBSTKOMPETENZ	21
5.2 SOZIALKOMPETENZ	23
5.3 METHODENKOMPETENZ	25
5.4 FACHKOMPETENZ	27
5.4.1 Motorische Fähigkeiten	27
5.4.2 Gesundheit	28
5.4.3 Turnen	29
5.4.4 Leichtathletik.....	30
5.4.5 Schwimmen	31
5.4.6 Sportspiele.....	32
5.4.7 Gymnastik, Akrobatik, Tanz	34
5.4.8 Roll- und Gleitsportarten	35
5.4.9 Zweikämpfe	36
6 Kompetenzkatalog Sekundarstufe II	37
6.1 SELBSTKOMPETENZ	38
6.2 SOZIALKOMPETENZ	40

6.3	METHODENKOMPETENZ	42
6.4	FACHKOMPETENZ	44
6.4.1	Motorische Fähigkeiten	44
6.4.2	Gesundheit	45
6.4.3	Turnen	46
6.4.4	Leichtathletik	47
6.4.5	Schwimmen	48
6.4.6	Sportspiele	50
6.4.7	Gymnastik, Akrobatik, Tanz	52
6.4.8	Roll- und Gleitsportarten	53
6.4.9	Weitere Bewegungsfelder und Sportarten	53
7	Kompetenzorientiert unterrichten	54
7.1	Langfristige Unterrichtsplanung	54
7.2	Mittelfristige Unterrichtsplanung	55
7.3	Kurzfristige Unterrichtsplanung	56
7.4	Evaluierung	57
7.4.1	Inhaltliche Ebene	58
7.4.2	Unterrichtsmethodische Ebene	59
7.4.3	Unterricht auswerten	60
8	Evaluierung	61
8.1	Basisevaluierung: Koordinative und konditionelle Fähigkeiten	61
	HÜRDEN-BUMERANG-LAUF	63
	STAND-WEITSPRUNG	64
	SECHS-MINUTEN-LAUF	65
8.2	Beispiel: SELBST- und FACHKOMPETENZ (Leichtathletik)	66
8.3	Beispiel: FACH-, SOZIAL- und METHODENKOMPETENZ	69
	(Ballspiele)	69
8.4	Beispiel: FACH-, SELBST- und SOZIALKOMPETENZ (Turnen)	72
8.5	Beispiel: FACHKOMPETENZ (Darstellen und Gestalten)	75
8.6	Beispiel: FACH-, METHODEN- und SOZIALKOMPETENZ (Kämpfen)	76
8.7	Beispiel: SELBST- und METHODENKOMPETENZ (Wagnis)	79
8.8	Beispiel: FACH- und SOZIALKOMPETENZ (Basketball)	81
	AUFGABE 1: TEAMBILDUNG	82

	Zu Aufgabe 1: Teambildung (Beobachtungsbogen Lehrer/in)	83
	AUFGABE 2: TECHNIK und TAKTIK.....	84
	Zu Aufgabe 2: Technik- und Taktikanwendung (Beobachtung Lehrer/in)	85
	Zu Aufgabe 1: Teambildung (Fragebogen Schüler/innen)	86
	AUFGABE 3: KOOPERIEREN und REGELANWENDUNG.....	87
	Zu Aufgabe 3: Regeleinhaltung und Spielleitung (Beobachtung Lehrer/in).....	88
9	Anhang	90
10	Literatur	91

1 Aufgaben und Ziele der Handreichung

Die Handreichung liefert grundlegende Informationen zum Bildungsstandard und zu kompetenzorientiertem Unterricht in Bewegung und Sport. Darüber hinaus findet man ein diesbezügliches Kompetenzmodell und einen Kompetenzkatalog für die Sekundarstufe I und II. Das Medium soll als Handreichung Lehrpersonen bei der Planung, bei der Umsetzung und insbesondere auch bei der Evaluierung ihres Unterrichts in Bewegung und Sport unterstützen.

Bildungsstandard und kompetenzorientierter Unterricht werden unterschiedlich gesehen, wie die Zitate von Lehrkräften zeigen, die an der Pilotierungsphase teilgenommen haben.

Zentrales Ziel von Standards ist die Verbesserung und Sicherung der Qualität eines kompetenzorientierten Sportunterrichts. Darüber hinaus geht es aber auch darum, die Effekte und Wirkungen von Bewegungs- und Sportunterricht nach innen und außen sichtbar zu machen. Außerdem soll das Konzept für die Aus-, Fort- und Weiterbildung eine Orientierung bieten.

Im 2. Kapitel wird die Entstehungsgeschichte der Standards für Bewegung und Sport kurz dargestellt. Der neue Weg von der Input- zur Outcome-Steuerung wird an einem Beispiel im 3. Teil gezeigt und es wird ausführlich erläutert, was man unter Bildungs- beziehungsweise Lernstandards, Kompetenzen, Teilkompetenzen und Deskriptoren in Bewegung und Sport versteht. Im 4. Kapitel wird das angesprochene Kompetenzmodell vorgestellt. Kapitel 5 beinhaltet die Kompetenzkataloge für Sekundarstufe I und Kapitel 6 diejenigen für die Sekundarstufe II. Im 7. Teil wird auf die Frage eingegangen, was mit kompetenzorientiertem Unterrichten gemeint ist. Den Abschluss bilden mehrere Evaluierungsbeispiele (Kapitel 8).



L: „Bildungsstandards machen meinen Unterricht viel effektiver und verdeutlichen meinen Schülerinnen, welche Ziele wir anstreben.“

L: „Das ist doch nichts Neues, das haben wir bisher auch schon so gemacht.“

2 Zur Entstehungsgeschichte

Im Jahr 2009 wurde vom Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur an den Fachbereich Sportpädagogik/Sportpsychologie der Universität Salzburg der Auftrag zur Entwicklung vom Bildungsstandard für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport erteilt.

In einem ersten Schritt wurden Lehrerinnen und Lehrer sowie außerschulische Expertinnen und Experten dazu befragt. Das Ergebnis brachte eine breite Zustimmung zur Einführung eines Bildungsstandards für das Unterrichtsfach Bewegung und Sport, allerdings mit der deutlichen Forderung, die Betroffenen in den Prozess umfassend einzubinden.

Nach umfangreicher Literaturrecherche wurde die vorläufige Fassung einer Handreichung einschließlich eines Kompetenzkatalogs erstellt. Im Sommersemester 2011 erfolgte eine erste Erprobung mit Kolleginnen und Kollegen der verschiedenen Schultypen und Schulstufen. Die ausführlichen Rückmeldungen wurden bei der nachfolgenden Überarbeitung der Handreichung berücksichtigt. Im Schuljahr 2011/12 folgte die zweite Pilotierungsphase mit sechzehn Lehrkräften in sechs Bundesländern. Im Unterschied zur ersten Erprobung wurde diesmal der Umfang der Betreuung bewusst zurückgenommen, um die Praxistauglichkeit besser abschätzen zu können. Die Rückmeldungen flossen wiederum in die nunmehr vorliegende Endfassung ein.

3 Bildungsstandard im Unterrichtsfach Bewegung und Sport

Gemäß den Vorgaben des Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur liegt dem Bildungsstandard für den jeweiligen Unterrichtsgegenstand ein Kompetenzmodell zugrunde. Dieses besteht aus einer Handlungs- und Inhaltsdimension, jeweils mit Deskriptoren an den Schnittpunkten und Unterrichtsbeispielen zu deren Präzisierung (BMUKK, 2013).

Der Bildungsstandard in Bewegung und Sport basiert auf einem Kompetenzmodell, das die ministeriellen Vorgaben berücksichtigt und gleichzeitig den Besonderheiten dieses Faches gerecht wird. Darauf aufbauend und unter Berücksichtigung des gültigen Lehrplans wurde ein umfassender Kompetenzkatalog mit passenden Teilkompetenzen und Deskriptoren sowie Evaluierungsbeispielen erarbeitet.

3.1 Pro und contra Bildungsstandard

Die Bedeutung und Notwendigkeit eines Bildungsstandard wird auch in Österreich ganz allgemein und erst recht im Hinblick auf das Unterrichtsfach Bewegung und Sport kontrovers diskutiert. Dabei lassen sich zwei extreme Positionen ausmachen:

Als Argumente für einen Bildungsstandard wird beispielsweise angeführt, dass damit

- (1) die Ergebnisse des Unterrichts sichtbar gemacht werden,
- (2) der Stellenwert im Fächerkanon gehoben und das Stundenkontingent wieder erhöht werden kann,
- (3) den Schüler/innen Ziele in Form von Kompetenzen vorgegeben werden, die sie erreichen können und sollen,
- (4) den Eltern und der Öffentlichkeit die Bedeutung des Sportunterrichts verdeutlicht wird,
- (5) Bewegung und Sport als unverzichtbares Bildungsgut verankert wird und
- (6) langfristig ein körperlich-aktiver Lebensstil entwickelt werden kann.

Gegner von Standards führen unter anderem an, dass

- (1) die unterschiedlichen Ausgangskompetenzen der Kinder eine „Normierung“ nicht zulassen, ja diese sogar als kontraproduktiv erscheint,
- (2) die regionalen Besonderheiten von Schulstandorten nicht hinreichend berücksichtigt werden,
- (3) die Lehrkräfte ihre spezifischen Kompetenzen zu wenig einbringen können,
- (4) den aktuellen und spontanen Bedürfnissen der Kinder und Jugendlichen nicht entsprochen werden kann und
- (5) die Besonderheiten des Unterrichtsfaches im grundsätzlichen Widerspruch zu Standardisierung stehen.

Eine Ursache für diese Diskrepanz ergibt sich aus der Frage nach der eigentlichen Aufgabe des Faches. Dabei bietet der sogenannte Doppelauftrag als *Erziehung zum Sport* wie gleichermaßen als *Erziehung durch Sport* durchaus eine tragfähige Basis für kompetenzorientierten Unterricht. Dietrich Kurz drückt dies so aus: „Es kommt nicht nur darauf an, dass die Schülerinnen und Schüler das Laufen lernen, sondern auch darauf, was sie beim Laufen lernen (2008, 217). Mit dem Ansatz des Bildungsauftrages wird der Aspekt der Kompetenzentwicklung noch vom bloß erzieherischen Anliegen abgehoben: Damit wird gefordert, Unterricht so zu gestalten, dass Schüler/innen in der Lage sind, Bewegung und Sport als Kulturgut zu erkennen, es kritisch zu hinterfragen und eine eigene handlungsleitende Haltung dazu zu entwickeln. Dies befähigt Schüler/innen zur reflektierten Teilhabe an der modernen Bewegungskultur.

3.2 Was sind Kompetenzen und ein Bildungsstandard?

Gemäß einer Verordnung des Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur von 2009 werden in Österreich unter Kompetenzen „konkret formulierte Lernergebnisse“ verstanden, die „kognitive Fähigkeiten und Fertigkeiten“ sowie die „motivationale und soziale Bereitschaft“ umfassen. Die motorische Dimension ist in dieser Definition nicht angesprochen. Umso wichtiger ist es aber, dieses Versäumnis durch die Entwicklung eines Standards für Bewegung und Sport zu beheben. Weiter wird in der Verordnung von Modellen für den „Erwerb von fachbezogenen und fächerübergreifenden Kompetenzen“ sowie diesbezüglich „fertigkeitsbezogenen Teilbereichen“ ausgegangen (BMUKK 2009, 1).

Der Kompetenzbegriff beschränkt sich somit nicht nur auf das isolierte Vorhandensein von Fähigkeiten, Fertigkeiten (Können), Wissen und Einstellungen, sondern stellt diese in einen größeren Handlungszusammenhang. Die Übertragbarkeit von Können und Wissen auf unterschiedliche Situationen ist ein wesentlicher Bestandteil des Kompetenzbegriffs. Motivation, Wille und Bereitschaft sind unumgänglich, um eine vorhandene Kompetenz beim Lösen von Aufgaben auch tatsächlich zeigen zu können. Damit ist die Fähigkeit zu selbstbestimmtem Handeln im Einklang mit der Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung angesprochen.

Während in der theoretischen Auseinandersetzung zwischen Input-, Prozess- und Outcome-Standards unterschieden wird, beschränkt man sich in Österreich auf Outcome-Standards, und zwar als Regel- und nicht als Mindeststandards. Somit ist Bildungsstandard im vorliegenden Konzept folgendermaßen definiert:

Der Bildungsstandard konkretisiert Ziele für die pädagogische Arbeit, die an den Lernergebnissen der Schülerinnen und Schüler gemessen werden.

Damit rückt das aktive, selbstorganisierte Lernen zum Erreichen des Bildungsstandards ins Zentrum pädagogischen Handelns.

3.3 Von der Input- zur Outcome-Orientierung

Standard- beziehungsweise kompetenzorientiertes Lernen und Lehren bedeutet einen Paradigmenwechsel von der Input- zur Outcome-Orientierung. Entscheidend wird damit, welche Lernresultate Schüler/innen erzielen. Das Ziel ist aber auch eine Rückmeldung an das gesamte System um in der Folge gezielt Fördermaßnahmen für die Weiterentwicklung und Qualitätsverbesserung des Unterrichts anzuschließen.

Bisher wurde das unterrichtliche Geschehen durch Inputs gelenkt. Der Lehrplan schreibt mit seinem Kernbereich vor, welche Lehrinhalte im Unterricht durchzunehmen sind. Diese Inhalte wiederum findet man im Klassenbuch als Lehrstoff. Im neuen Paradigma liegt der Schwerpunkt dagegen auf den nachweisbar erworbenen Kompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten, dem verfügbaren Wissen und den bewegungs- und sportbezogenen Einstellungen im Sinne einer umfassenden Handlungsfähigkeit. Das Wissen, Können und Wollen der Schülerinnen und Schüler und nicht der Lehrstoff stehen im Mittelpunkt des didaktischen Handelns. Dazu ein Beispiel aus dem Themenbereich GESUNDHEIT:

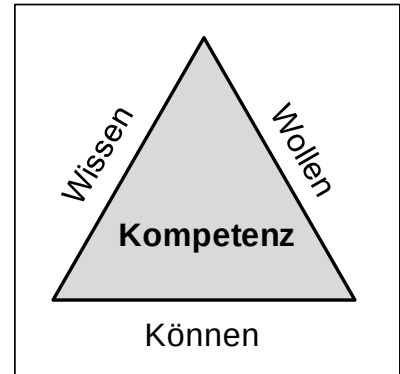


Abbildung 1: Kompetenzelemente

	Sekundarstufe I	Sekundarstufe II
Unterrichtsintention	Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport hat zur Entwicklung einer gesundheitsorientierten Grundeinstellung einen wichtigen Beitrag zu leisten. (...)	In der Sekundarstufe II ist die Entwicklung einer gesundheitsorientierten Lebenseinstellung sowie das Hinführen zu einem gesundheitsorientierten Lebensstil ein wichtiges Ziel. (...)
Kompetenz	Die Schüler/innen kennen anatomische und physiologische Grundlagen des Körpers. Sie können gesundheitsförderliche Bewegungen ausführen. Sie können einen klaren Bezug zwischen Handeln und Wissen herstellen. Sie können dieses Wissen in neuen Anwendungen nutzen. Sie können die Wirkung regelmäßiger Aktivität wahrnehmen und messen.	
Teilkompetenzen	MUSKULATUR: Der/die Schüler/in kann Lage und Funktion wichtiger Muskelgruppen beschreiben. Der/die Schüler/in kann Übungen korrekt ausführen.	MUSKULATUR: Der/die Schüler/in kann Übungen zuordnen, korrekt durchführen und Begründungen geben.
Deskriptoren	– kann vorgegebene Muskelgruppen benennen – kann die Muskelgruppen am Körper zeigen – kann bekannte Übungen zur Kräftigung und Dehnung korrekt ausführen – kann neue Übungen korrekt zuordnen – kann die Wirkung der Übung prüfen	– kann bekannte und neue Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Hauptmuskelgruppen zuordnen – kann neue Übungen selbstständig recherchieren und ausführen lernen – kann begründen, weshalb Dehnung und Kräftigung der Muskulatur wichtig ist – kann die Wirkung auch neuer Übungen prüfen

Tabelle 1 Zur beispielhaften Beschreibung von Kompetenzen

Das Beispiel soll zeigen, was die Schüler/innen am Ende der Sekundarstufe I bzw. II im Hinblick auf die Muskulatur aus gesundheitserzieherischer Perspektive jeweils wissen und können sollen. Aus den Deskriptoren lassen sich geeignete Aufgabenstellungen zur Überprüfung dieser Kompetenz ableiten.

3.4 Besonderheiten des Bildungsstandards für Bewegung und Sport

Im Vergleich zu anderen Unterrichtsfächern setzte in der Sportdidaktik die Diskussion um den Bildungsstandard erst relativ spät ein. Dabei lassen sich vier zentrale Fragestellungen ausmachen:

1. An erster Stelle geht es um das *Legitimationsproblem*. Die Frage lautet dabei: Wie können Standards im Hinblick auf die jeweilige Entwicklungsstufe der Schüler/innen begründet werden?
2. Weiter handelt es sich um das Problem der *Reduktion* und damit um die Forderung, dass solche Standards die Gesamtheit des Bildungsauftrages eines Faches entsprechend repräsentieren müssen.
3. An dritter Stelle wird der Aspekt der *Differenzierung* angeführt. Danach müssen Standards in einer Weise definiert sein, dass zu vorgegebenen Zeitpunkten bestimmte Leistungen erhoben werden können und über diese punktuellen Überprüfungen hinaus die erforderlichen Leistungsverbesserungen gesichert werden.
4. Schließlich wird die Problematik der *Konstruktion* genannt. Damit ist gemeint, dass nur auf der Basis eines geeigneten Kompetenzmodells mit entsprechend abgegrenzten Bereichen und klaren Begriffen der Bildungsstandard für Bewegung und Sport entwickelt werden kann (Aschebrock & Stibbe, 2008).

Neben dieser strukturellen Betrachtung stellt sich die Frage nach der inhaltlichen Dimension des Bildungsstandards für Bewegung und Sport. Auch hier können mehrere Ebenen unterschieden werden:

- Sportmotorische Basisfähigkeiten der Kinder
 - Voraussetzung für Gesundheit sowie motorische und kognitive Leistungsfähigkeit
 - Quantitativ sehr gut prüfbar
 - Für eine qualitative Bewertung müssen allerdings mehrere Faktoren miteinbezogen werden
- Kompetenzen in spezifischen Sportarten
 - Sind für die Erziehung zum Sport und die Anschlussfähigkeit im Sport von zentraler Bedeutung
 - Quantitativ gut prüfbar
 - Für eine qualitative Bewertung müssen wiederum mehrere Faktoren miteinbezogen werden

- Erfahren von Sinnmomenten sowie personale und soziale Kompetenzen im Sport
 - Sind hoch bedeutsam, um beispielsweise Kinder mit wenig Erfahrungshintergrund im Bereich Bewegung und Sport zu erreichen, für die die bloße Sinnperspektive Leisten zu kurz greift. Entsprechend sind Perspektiven wie beispielsweise Spielen, Erleben und Wohlbefinden von Bedeutung.
 - Prüfung qualitativ, relativ aufwendig
- Umfassende Handlungsfähigkeit im und durch Sport
 - Zentrale Bildungsaufgabe für langfristiges Sporttreiben
 - Nur mit komplexen Aufgabenstellungen prüfbar
- Entwicklung eines körperlich- aktiven Lebensstils, der Bewegung, Spiel und Sport integriert
 - Verbindung von schulischer und persönlicher sportlicher Aktivität
 - Vernetzung von schulischem und außerschulischem Sport
 - Qualitativ erfassbar

Grundsätzlich wird die Forderung nach einer Konzentration auf sport(art)spezifische und damit in erster Linie motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten erhoben. Noch einen Schritt weiter werden mit gutem Recht bewegungsbezogene Kompetenzen in Form von Mindestanforderungen verlangt. Dies unter anderem mit dem Argument, dass bei Nichterreichen bestimmter Normwerte der körperlichen Fitness unverzichtbare Ziele im Sinne der Prävention nicht erfüllt werden. Gerade gegenüber jenen Schüler/innen, deren motorische Fähigkeiten am wenigsten entwickelt sind, besteht eine besondere gesundheitserzieherische Verantwortung.

Auf der anderen Seite wird mit Recht vor einer ausschließlichen Konzentration auf sportmotorische Standards gewarnt. Die Versuchung dazu könnte groß sein, weil dieser Bereich tatsächlich oder auch nur vermeintlich leichter mittels Tests überprüfbar zu sein scheint. Somit wird der berechtigte Anspruch auf Einbindung von

L: „Neu ist für mich nun die klarere Auseinandersetzung mit den Bereichen der Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenz.“



sport(art)übergreifenden Kompetenzen erhoben, womit vor allem auf Methoden-, Selbst- und Sozialkompetenzen zielende Standards gemeint sind. Andernfalls würden Lernbereiche ausgeklammert, die im Fachlehrplan für Bewegung und Sport als Bildungs- und Lehraufgaben verankert sind und welche mit der in der Sportdidaktik geforderten Handlungsfähigkeit als Zielformel im Einklang stehen. Eine allein auf Bewegung konzentrierte Ausrichtung spart kognitive Leistungen sowie die angesprochenen sozialen, emotionalen und motivationalen Aspekte aus oder nimmt sie nur implizit auf. Zudem besteht die Gefahr, damit gerade in motorischer Hinsicht leistungsschwächeren Schülerinnen und Schülern Möglichkeiten zur Bewährung zu entziehen. Auch das unerwünschte Phänomen des Teaching-to-the-Test würde sich bei einer inhaltlichen Engführung wahrscheinlich einstellen.

Regelstandards in den Kompetenzbereichen Sozial-, Selbst-, Methoden- und Fachkompetenzen sollen Orientierung darüber geben, was jeweils am Ende der Sekundarstufe I und II von den Schüler/innen erreicht werden soll.

Ein wesentlicher Auftrag des Faches Bewegung und Sport ist aber auch die Erarbeitung gesundheitsförderlicher körperlicher Voraussetzungen. Im Gegensatz zu den oben genannten Regelstandards wurden daher für grundlegende motorische Fähigkeiten Standards in drei Niveaustufen formuliert. Sportlehrer/innen sollen so mit ausgewählten Testverfahren den Lernstand ihrer Schüler/innen bewusst ins Blickfeld rücken und gezielt an der Behebung von Defiziten arbeiten.



L: „Ich werde sicher auch nächstes Jahr verstärkt kompetenzorientiert unterrichten. Ich möchte das auch in anderen Schulstufen anwenden.“

Der Bildungsstandard in Bewegung und Sport soll zudem zwei Ansprüchen gerecht werden, auf die bereits hingewiesen wurde.

- Einerseits soll durch die evaluierten Kompetenzen die Qualität und Wirksamkeit des Sportunterrichts öffentlich sichtbar gemacht werden (Monitoring),
- andererseits sind Kompetenzen verbindliche Kriterien für Lehrkräfte sowie Schüler/innen.

Deklarierte Ziele sind zentrale Voraussetzung für die Gestaltung von Unterrichtsprozessen und deren Evaluierung, die auch bei in der Regel unterschiedlichen Ausgangsbedingungen erreichbar sind. Sie fordern allerdings die Entwicklung kreativer, situativ angepasster Strategien (Lernen lernen bzw. Methodenkompetenz).

3.5 Kompetenzen, Teilkompetenzen und Deskriptoren

Die gültigen Fachlehrpläne für Bewegung und Sport bilden die Grundlage für das erarbeitete Kompetenzmodell (Kapitel 4) und den darauf basierenden Kompetenzkatalog (Kapitel 5 und 6). Mit dieser Sammlung wird kein Anspruch auf Vollständigkeit erhoben. Es steht den Lehrerinnen und Lehrern selbstverständlich frei, in Abhängigkeit von den Voraussetzungen der jeweiligen Klasse, den Neigungen der Schülerinnen und Schüler und den lokalen Rahmenbedingungen Kompetenzen über zusätzliche Lerninhalte anzusteuern. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass es sich bei diesem Katalog um *Regelstandards* handelt. Des Weiteren ist zu beachten, dass über die gesamte Schulzeit hinweg ein möglichst großer Teil aller vorgegeben Kompetenzen entwickelt wird.

Regelstandards beschreiben ein mittleres Niveau von Kompetenzen, das von Schüler/innen sowohl unter- als auch überschritten werden kann. Die inhaltlichen Bereiche entsprechen einem „Mindestprogramm“ – bei der Handlungsdimension wird von einem „durchschnittlichen“ Lernenden ausgegangen (Fritz & Stauder, 2010, S. 14)

Bei der Erarbeitung der Kompetenzen erfolgte eine Orientierung an der in der Einleitung schon angesprochenen Verordnung des BMUKK zu Bildungsstandards im Schulwesen aus dem Jahr 2009. Wie ebenfalls schon angedeutet war die Gliederung in Selbst-, Sozial-, Methoden- und Fachkompetenz leitend. Diese sollen nachfolgend im Hinblick auf Bewegung und Sport kurz erläutert werden:

SELBSTKOMPETENZ ist die Befähigung zur adäquaten Einordnung des persönlichen Erfahrungswissens sowie die Entwicklung von Selbstwirksamkeitsüberzeugungen, Selbstbewusstsein und Identität. Dazu zählen Selbstwahrnehmung, Selbstkenntnis, Selbsteinschätzung, Aufmerksamkeits-, Motivations- und Emotionsregulation, Kompetenz- und Konsequenzerwartungen. Schließlich noch die Fähigkeit, eigene Vorzüge einzubringen wie zum Beispiel Auftreten, Ausdrucksvermögen, Initiative oder Kreativität.

Unter **SOZIALKOMPETENZ** versteht man Fähigkeiten und Einstellungen, die für gelingende soziale Interaktionen notwendig sind. Dazu gehören Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Teamfähigkeit, Rollen- und Funktionsverständnis, Rollendistanz und Identitätsdarstellung, Führungskompetenz, Integrationsfähigkeit, Empathie und die Fähigkeit zu fairem Handeln.

METHODENKOMPETENZ umfasst die Fähigkeit zur Planung, Gestaltung, Organisation, Anwendung und Durchführung von Lernprozessen und Lernarrangements. Dazu zählen systematische und kreative Problemlösung sowie die Anwendung von Lernhilfen, Lernmethoden und Arbeitstechniken. Methodenkompetenz ist damit durch „Lernen lernen“ gekennzeichnet.

FACHKOMPETENZ bedeutet fachbezogenes Wissen, Fertigkeiten und Fähigkeiten. Darunter fallen spezifisches Wissen und Urteilsfähigkeit, Fertigkeiten in unterschiedlichen bewegungsbezogenen Bereichen (Techniken) sowie die dafür notwendigen grundlegenden motorischen Fähigkeiten.

Die Komplexität dieser vier Kompetenzbereiche erfordert deren Ausdifferenzierung, wenn die Lehrkräfte bei der Planung, Vorbereitung, Durchführung und insbesondere bei der Evaluierung des Unterrichts wirksam unterstützt werden sollen. Dazu dienen Teilkompetenzen, welche diese näher beschreiben, und **DESKRIPTOREN**. Letztere sind weitgehend mittels **OPERATOREN** formuliert, wodurch im Sinne der Outcome-Orientierung die Evaluierung der übergeordneten Kompetenz(en) möglich gemacht wird. In diesem Zusammenhang soll noch einmal darauf hingewiesen werden, dass Kompetenzen die Dimensionen des **KÖNNENS**, **WISSENS** und **WOLLENS** umfassen.

4 Kompetenzmodell und Grundsätzliches zum Kompetenzkatalog

4.1 Das Kompetenzmodell

Das von der Arbeitsgruppe unter Mitwirkung der Lehrer/innen (Pilotierungsphase I und II) entwickelte KOMPETENZMODELL für Bewegung und Sport lässt sich in Form einer Matrix darstellen. Dabei bilden SELBST-, SOZIAL-, METHODEN- und FACHKOMPETENZ (Handlungsdimension) die eine Achse, während auf der anderen die LEHRSTOFFBEREICHE des FACHLEHRPLANS (Inhaltsdimension) angeordnet sind.¹

KOMPETENZMODELL Sekundarstufe I und II			SELBST-KOMPETENZ			SOZIAL-KOMPETENZ			METHODEN-KOMPETENZ			FACH-KOMPETENZ		
			KÖRPERBEZOGEN Wahrnehmen – Einschätzen – Nutzen	KOGNITIONS- und SOZIALBEZOGEN Bewegen – Reflektieren – Sinn herstellen	EMOTIONSBEZOGEN Erleben – Wahrnehmen – Regulieren	REGELN und FAIRNESS Kennen – Einhalten – Verändern	KOMMUNIKATION und KOOPERATION Denken – Sprechen – Handeln	AUFGABEN, ROLLEN und LEITEN Verstehen – Übernehmen – Reflektieren	LERNEN LERNEN Interesse wecken – Lernkompetenz entwickeln	PLANUNG und ORGANISATION Vereinbaren – Umsetzen – Kontrollieren	SICHERHEIT und GESUNDHEIT Wahrnehmen – Einschätzen – Handeln	KONDITIONELLE und KOORDINATIVE FÄHIGKEITEN	SPORTARTSPEZIFISCHES KÖNNEN und WISSEN	SPORTARTÜBERGREIFENDES KÖNNEN und WISSEN
			KÖNNEN			+ WISSEN			+ WOLLEN					
LEHRSTOFF	ALLG. SPORTMOTORISCHE FÄHIGKEITEN	SPIELEN + LEISTEN + GESUNDHEIT + GESTALTEN + ERLEBEN												
	TURNEN													
	LEICHTATHLETIK													
	SCHWIMMEN													
	SPORTSPIELE													
	GYMNASTIK, TANZ, AKROBATIK													
	ROLL- und GLEITSPIELSPORTARTEN													
	ZWEIKÄMPFE													
	WEITERE SPORTARTEN													

¹ Kompetenzmodelle bilden die Grundlage für kompetenzorientierten Unterricht. Allerdings gibt es weder in der allgemeinen noch in der Sportdidaktik ein Modell, das uneingeschränkte Zustimmung findet. Die Differenzierung in eine Handlungs- und eine Inhaltsdimension findet man vielfach. Eine andere Gliederung unterscheidet beispielsweise zwischen fachlicher und überfachlicher Kompetenz sowie Handlungskompetenz als dritter Ebene.

Im Anhang findet sich das Kompetenzmodell auch in „gedrehter“ Form. Die Handlungsdimension bildet dabei die Zeilenebene und die Inhaltsdimension die Spaltenebene der Tabelle.

Das Kompetenzmodell ist in seiner Grundstruktur für die Sekundarstufe I und II identisch. Unterschiede werden erst im Kompetenzkatalog sichtbar (Kapitel 5 und 6). Diese beziehen sich einerseits auf das Anforderungsniveau der Kompetenzen und Deskriptoren, andererseits wurde der Umfang an Kompetenzen, die in der Oberstufe zu erarbeiten sind, eingeschränkt. Pro Fachkompetenz wurden Unterkategorien formuliert. Mehr Informationen dazu finden sich in der Präambel zum Kompetenzkatalog.

4.2 Grundsätzliches zum Kompetenzkatalog für Bewegung und Sport

Kompetenzentwicklung im Unterrichtsfach Bewegung und Sport geht immer von *motorischen Aufgaben bzw. sportlichen und spielerischen Bewegungsaktivität* aus und verknüpft so Fachkompetenz konsequent mit weiteren Kompetenzen (Selbst- und Sozialkompetenz sowie Methodenkompetenz).

Der vorliegende Kompetenzkatalog ist ein leitendes Instrument für die Gestaltung und Evaluierung des Unterrichts im Fach Bewegung und Sport und spiegelt dessen Bildungs- und Erziehungsauftrag wider. Die Frage nach der Wirksamkeit des Lehrens und Lernens in den Dimensionen *Selbst-, Sozial-, Methoden- und Fachkompetenz* rückt durch die Kompetenzorientierung in den Mittelpunkt des Unterrichtens.

Dabei ist zu berücksichtigen, dass sich alle vier Kompetenzbereiche in allen Bewegungshandlungen ausdrücken und somit die genannten Kategorien nur mit Einschränkung voneinander abgrenzbar sind. Entsprechend kommt es einerseits zu *Überschneidungen* in der Beschreibung von Kompetenzen. Andererseits sind die Kompetenzen Beobachtungskriterien für Bewegungshandlungen, nach denen Unterscheidungen getroffen werden können. Der Aufbau jeder Kompetenz entspricht nach Möglichkeit immer den *Komponenten Wissen, Können und Wollen*.

Zudem werden die *Kompetenzen* („Die Schülerinnen und Schüler können ...“) mit *Teilkompetenzen* und *Deskriptoren* näher beschrieben, um für die kompetenzorientierte *Unterrichtsplanung* und *Unterrichtsevaluation* konkrete Anhaltspunkte zu haben.

Jede Kompetenzdimension wird mit einleitenden didaktischen Bemerkungen kurz beschrieben. Die Kompetenzen selber sollen durch kurze praktische Beispiele bzw. Hinweise verdeutlicht und erklärt werden.

Der Bereich *Fachkompetenz* ist aufgrund seiner inhaltlichen Vielfalt in *Sportarten* beziehungsweise *Gruppen von Sportarten* ohne Wertung nach Wichtigkeit untergliedert. Die Entwicklung der konditionellen und koordinativen Leistungsfähigkeit bildet dafür die Basis.

Fähigkeiten, Fertigkeiten, Wissen und Einstellungen im Bereich *Gesundheit* sind in den Dimensionen *Methodenkompetenz* und *Fachkompetenz* jeweils eigens ange-

führt. Dies sollte im Sinne eines weiten Gesundheitsbegriffs, der neben der physischen auch die psychische Gesundheit umfasst, auch im Bereich *der Selbst- und Sozialkompetenz* eingebunden werden (z.B. positive Wirkungen des Sports im Sinne der Stressbewältigung, des Sporttreibens in der Gruppe etc.). Die Betonung der Gesundheit in den Kompetenzformulierungen streicht die Wichtigkeit dieses Lernauftrags hervor, der somit in allen Kompetenzbereichen seine Beachtung findet.

Der Kompetenzkatalog kann und soll nicht das gesamte Erfahrungs- und Lernfeld des Faches Bewegung und Sport abdecken. Darüber hinausgehende Schwerpunktsetzungen nach Vorerfahrungen, Neigungen und Interessen der Schülerinnen und Schüler sowie der Lehrkraft und örtlichen Rahmenbedingungen sind daher möglich und erwünscht.

4.2.1 Kognitive und senso-motorische Kompetenzen in drei Handlungsdimensionen

Die Deskriptoren der Kompetenzen werden durch drei aufeinander *aufbauende Handlungsdimensionen* gekennzeichnet, die sich wie folgt charakterisieren lassen:

- (A) REPRODUKTION: Wiedergeben und Verstehen; Kenntnisse
- (B) TRANSFER: Anwenden in unterschiedlichen Bereichen und Situationen; Fertigkeiten
- (C) REFLEXION / PROBLEMLÖSEN: Analysieren/Evaluieren; Kompetenzen

Die Dimensionen Reproduktion, Transfer sowie Reflexion/Problemlösen sind auf kognitiver und motorischer Ebene abbildbar: Im Unterricht Bewegung und Sport sollen unter anderen zwei zentrale Ziele verfolgt werden:

- (1) KOGNITIVE KOMPETENZENTWICKLUNG: Schüler/innen sollen ein (Handlungs-)Wissen über Sport aufbauen. Diese kognitiven Fähigkeiten werden in der Sportwissenschaft häufig als „Wissensrepräsentationen“ bezeichnet.
- (2) SENSO-MOTORISCHE KOMPETENZENTWICKLUNG: Die Schüler/innen erwerben senso-motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten, um vielfältige Bewegungsaufgaben möglichst kompetent lösen zu können. Es werden dadurch sogenannte „motorischer Repräsentationen“ aufgebaut.

Wendet man die drei *Handlungsebenen* auf die Aspekte der kognitiven Kompetenz an, so führt das zu *Handlungsdimensionen*, die im Folgenden beschrieben und jeweils durch ein Beispiel veranschaulicht werden.

KOGNITIVE KOMPETENZEN

(AK) KOGNITIVE REPRODUKTION

Ein/e Schüler/in kann den Kernwurf beschreiben. Er/sie kennt mechanische Gesetzmäßigkeiten (z.B. Wurfauslage, Beschleunigungsweg, Impulsübertragung), die dem Kernwurf zugrunde liegen.

(BK) KOGNITIVER TRANSFER

Er/sie kann begründen, in welchen Situationen der Kernwurf zweckmäßig einsetzbar ist und wie dieser an situative Veränderungen angepasst werden kann (z.B. Gegner).

(CK) KOGNITIVE REFLEXION / KOGNITIVES PROBLEMLÖSEN

Er/sie kann erkennen, welche Fortschritte bei der Ausführung oder Anwendung des Kernwurfs gemacht wurden.

SENSO-MOTORISCHE KOMPETENZEN

Diese beziehen sich auf die Aspekte der Bewegung.

(AM) SENSO-MOTORISCHE REPRODUKTION

Der/die Schüler/in kann einen Kernwurf ausführen. Er/sie kann im Lernprozess Bewegungskorrekturen umsetzen. Der/die Schüler/in ist in der Lage, eine verbale oder bildhafte Vorstellung von der Bewegung aufzubauen (Koppelung von Sprache und -Bewegung/Modelllernen). Beispielsweise bewirkt die Instruktion „Führe deinen Wurfarm nach hinten und richte gleichzeitig die andere Hand auf das Wurfziel“ eine entsprechende Bewegungsausführung.

(BM) SENSO-MOTORISCHER TRANSFER

Dem Schüler/der Schülerin gelingt es, sich an Bedingungsveränderungen anzupassen. Werfen mit unterschiedlichen Bällen aus unterschiedlichen Lagen. Entwicklung kreativer Wurfideen.

(CM) SENSOMOTORISCHE PROBLEMLÖSUNG / REFLEXION

Die Schüler/innen spüren körperlich die Qualität einer Bewegungsausführung und können sensorisches (kinästhetisch, taktil, akustisch und visuell) und externes (Sprache, Video) Feedback nutzen.

4.2.2 Zwei Beispiele zum Thema Sportspiele:

a) SPORTSPIELE - FACHKOMPETENZ

	Sekundarstufe I (8. Schulstufe)
Pädagogische Intention	(...) Am Ende der Sekundarstufe I sollen die Schüler/innen in der Lage sein, die grundlegenden Techniken und Taktiken in den Sport- und Rückschlagspielen Basketball, Handball, Fußball, Volleyball und Badminton anzuwenden. (...)
Kompetenz	Die Schüler/innen können an kleinen Spielen und Sportspielen/Rückschlagspielen erfolgreich teilnehmen.
Teilkompetenzen	SPORTSPIELE: Basketball, Handball, Fußball TECHNIK: Der/die Schüler/in beherrscht die Technikbereiche Fortbewegung mit dem Ball, Pass/Ballannahme und Angriffsabschluss.
Deskriptoren	– kann die spezifischen Formen des Zuspiels und der Ballannahme beschreiben und in spielnahen Übungsformen demonstrieren – kann die Fortbewegungen mit dem Ball (Dribbling) beschreiben und vorzeigen – kann eine Torschuss-/Torwurf- bzw. Korbwurftechnik beschreiben und vorzeigen.

Diese Fachkompetenz am Beispiel Sportspiele Technik (Taktik und Regeln siehe Kompetenzkatalog) verlangt von den Schülerinnen und Schülern, die angeführten Fähigkeiten und Fertigkeiten beschreiben und in einer Übungsform ohne Zeit- und Komplexitätsdruck korrekt vorzeigen zu können. Natürlich sollen darüber hinaus die Fertigkeiten und Fähigkeiten auch in unterschiedlichsten Spielsituationen erlernt, angewandt und erprobt werden. Im Sinne eines Regelstandards wird hier jedoch vorrangig die Kompetenz in der Anwendungssituation überprüft.

b) SPORTSPIELE - METHODENKOMPETENZ

	Sekundarstufe I (8. Schulstufe)
Pädagogische Intention	Methodenkompetenz in Bewegung und Sport umfasst vor allem organisatorische, bewegungstechnische und sicherheitsbezogene Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten. (...)
Kompetenz	Die Schüler/innen können Wettkämpfe und Spiele im Klassenrahmen organisieren.
Teilkompetenzen	SPIELE: Der/die Schüler/n kann einfache Aufgaben in der Spielleitung und Spielorganisation übernehmen (kleine Bewegungsspiele).
Deskriptoren	– kann bei der Bildung möglichst gleich starker Mannschaften mitwirken – kann organisatorische Aufgaben bei Spielen übernehmen – kann Funktionen als Spielleiter/in übernehmen

Methodenkompetenz wie in diesem Beispiel ist auf einer die Sportarten übergreifenden Ebene angesiedelt. Die dafür notwendigen Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie das entsprechende Wissen für die Spielleitung und Spielorganisation können nur über einen längeren Zeitraum erarbeitet werden. Bei der Überprüfung sollen je nach aufgewendeter Unterrichtszeit geeignete Aufgaben für bekannte und/oder neue Spiele konstruiert werden.

Im motorischen Grundlagenbereich (konditionelle und koordinative Fähigkeiten) wurde ein dreistufiges Niveaustufenmodell gewählt, um die Leistungsfähigkeit der Schüler/innen differenziert darstellen zu können.

Unterschreiten Schüler/innen den Minimalstandard, so sind die Gründe genauer zu hinterfragen. Etwa, ob gesundheitliche Risiken aufgrund mangelnder Fitness zu befürchten sind.

Wenn Schüler/innen exzellente Werte erreichen, sollten entsprechende leistungssportliche Möglichkeiten angedacht werden.

5 Kompetenzkatalog Sekundarstufe I

In der Sekundarstufe I (HS, NMS; Unterstufe der AHS) steht die *vielseitige Ausbildung in Bewegung, Spiel und Sport im Vordergrund*. Der Unterricht in Bewegung und Sport schafft einerseits permanent Gelegenheiten zum Sammeln von Bewegungserfahrungen für die Entwicklung eines umfassenden Körperkonzepts und Körperbewusstseins. Auf der anderen Seite ist gleichrangig das *Erlernen von grundlegenden Bewegungsformen und Sportarten im Sinne eines Fundaments* zu gewährleisten.

Sportartspezifische Techniken sollen zumindest auf einem *mittleren Niveau* erarbeitet werden. In einigen Bereichen der *FACHKOMPETENZ* sind diesbezüglich Deskriptoren angegeben. Diese dienen als Orientierung und sind unter Berücksichtigung der Voraussetzungen im Sinne eines individuellen Optimums zu verstehen. Bei der Unterrichtsplanung ist auf jeden Fall darauf zu achten, *alle Felder des Kompetenzmodells gleichmäßig anzusteuern und jeweils ausreichend Lernzeit* vorzusehen.

Die *METHODENKOMPETENZ* umfasst in der Unterstufe grundlegendes Wissen, Fertigkeiten und Fähigkeiten zum Bewegungslernen (*Lernen lernen*) und zur *Organisation* von Bewegung und Sport.

In den Bereichen *SELBST- und SOZIALKOMPETENZ* soll vor allem eine *positive Einstellung zum eigenen Ich, dem eigenen Körper- und Bewegungsverständnis sowie zum sozial kompetenten fairen Umgang* mit anderen erworben werden. Außerdem ist bei diesen Kompetenzdimensionen besonders zu berücksichtigen, dass ihre Entwicklung nur durch kontinuierliche und systematische Arbeit gelingen kann.

Dazu sollen in der Unterrichtsgestaltung ausgewählte konkrete Kompetenzen für mehrere Unterrichtseinheiten systematisch entwickelt werden. Darüber hinaus sollen alle vier Kompetenzbereiche im Sinne von didaktischen Prinzipien in der Unterrichtsplanung und -durchführung Berücksichtigung finden. Zur Orientierung noch einmal die wissensbezogenen und senso-motorischen Kompetenzen in den jeweiligen Handlungsdimensionen (vgl. Kapitel 4.2.1):

Handlungsdimensionen	
wissensbezogener Kompetenzen	sensomotorischer Kompetenzen
(AK) Kognitive Reproduktion: Bewegungen beschreiben und Gesetzmäßigkeiten von Bewegungen erklären können, Spielregeln wissen.	(AM) Senso-motorische Reproduktion: Vorgegebene Bewegung ausführen und Fremd- / Selbstinstruktionen (zB Bildreihen) beim Bewegungslernen nutzen können.
(BK) Kognitiver Transfer: Wissen auf andere Situationen anwenden und in diesen Situationen erweitern können.	(BM) Senso-motorischer Transfer: Bewegungsmuster in neuen Situationen anwenden und entsprechend anpassen bzw. variieren können.
(CK) Kognitive Reflexion: Lern-, Übungs- und Trainingseffekte überprüfen können.	(CM) Senso-motorische Problemlösung: Die Qualität einer Bewegungsausführung spüren und sensorisches Feedback (kinästhetisch, taktil, akustisch und visuell) nutzen können.

5.1 SELBSTKOMPETENZ

(Sekundarstufe I)

Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport öffnet ein breites Feld zur Einbindung von Maßnahmen für die Förderung der Selbstkompetenz. Die Schüler/innen sollen zu einer positiven und realistischen Einschätzung ihrer Fähigkeiten auf unterschiedlichen Ebenen herangeführt werden. Zudem sollen sie ihr Verhalten, Denken und emotionales Erleben bewusst wahrnehmen und die Wirkungen auf sich und andere reflektieren und einschätzen können. Selbstkompetenzen sollen stets im Kontext des Erwerbes unterschiedlicher Fachkompetenzen erarbeitet werden. Dazu sollen im Unterricht einerseits Lerngelegenheiten angeboten werden, die eine Auseinandersetzung mit den unten genannten Deskriptoren ermöglichen. Andererseits werden lernrelevante Situationen aber auch spontan entstehen. Diese sollen im Sinne dieser Kompetenzdimension lernorientiert aufgegriffen werden.
Die Schüler/innen können ihre körperlich-motorische Leistungsfähigkeit einschätzen (realistisches körperliches Selbstkonzept).
LEISTUNGSFÄHIGKEIT ALLGEMEIN: Der/die Schüler/in hat ein realistisches Bild seiner/ihrer körperlich-sportlichen Leistungsfähigkeit.
(AM) Kann den eigenen körperlichen Zustand wahrnehmen (z.B. ausgeruht, müde, leistungsfähig, schmerzhaft) (BK) Kann die eigene „Leistungsfähigkeit und Sportlichkeit“ realistisch einschätzen und geeignete Ziele wählen (z.B. „Kann die eigene Pulsfrequenz realistisch einschätzen“)
LEISTUNGSFÄHIGKEIT SPEZIFISCH: Der/die Schüler/in kann die eigene sportliche Leistungsfähigkeit in konkreten sportspezifischen Situationen realistisch einschätzen.
(CK) Kann sich in unterschiedlichen Sportarten bzw. hinsichtlich spezifischer motorischer Fertigkeiten und Fähigkeiten absolut und relativ zu anderen einschätzen (z.B. „Ich kann mittelscharfe Bälle sicher fangen. Bei wirklich scharfen Bällen meiner Mitspieler/innen werde ich unsicher.“)
SELBSTWIRKSAMKEIT: Der/die Schüler/in erkennt die Bedeutung und den Einfluss der eigenen Anstrengungen und Fähigkeiten auf die sportmotorischen Leistungen und kann sich dementsprechend in das Unterrichtsgeschehen einbringen.
(BK) Hat eine sport- und bewegungsbezogene Lernbereitschaft aufgebaut (CK) Führt Verbesserungen in seiner/ihrer Leistung auf die eigenen Anstrengungen/ Fähigkeiten zurück (BK) Kann sich entsprechend der eigenen Fähigkeiten in das Unterrichtsgeschehen einbringen (z.B. Schüler/in erkennt, wie er/sie sich im Unterricht aufgrund der eigenen Fähigkeiten am besten einbringen kann.)
Die Schüler/innen können das eigene Verhalten in sozialen Situationen einschätzen (Soziales Selbstkonzept).
SELBSTWIRKSAMKEIT IN EINER SOZIALEN EINHEIT: Der/die Schüler/in erkennt die Wirkung und Bedeutung seines/ihrer Beitrages für die Kooperation und den Zusammenhalt in Gruppen/ Mannschaften/ Klassen. Er/sie kann dies in einfachen und herausfordernden Situationen.
(AK) Kann sein Verhalten in unterschiedlichen Gruppensituationen retrospektiv beschreiben

(AK) Erkennt die Wichtigkeit des eigenen Beitrags zum Zusammenhalt der Gruppe und zum Gelingen von Aufgabenlösungen (CK) Kann den Einfluss seines/ihrer Verhaltens auf den Zusammenhalt (das „Funktionieren“ bzw. „Nicht-Funktionieren“) der Gruppe in einer konkreten Situationen beschreiben und Wirkungen benennen <i>(z.B. S/S beschreibt seinen/ihren Beitrag, weshalb z.B. ein Spiel gelingt oder nicht gleich so funktioniert hat, wie erwartet. Sie/Er kann Verhaltensweisen benennen, wie er sich künftig in Sportgruppen/in der Klasse effektiver im Hinblick auf das Gruppenziel einbringen kann.)</i> (AK) Kann eigene Fähigkeiten einbringen (Anstrengungsbereitschaft) <i>(z.B. Reflektiert den eigenen Beitrag zur Lösung einer Aufgabenstellung)</i>
AKZEPTANZ: Der/ die Schüler/in akzeptiert andere Personen, Ansichten und Meinungen in einer Gruppe, dies unabhängig von Geschlecht oder Herkunft.
(AK) Kann Gruppenmitglieder mit andersgelagerten Bedürfnissen/Ansichten/Meinungen als gleichwertigen Teil der Gruppe akzeptieren <i>(z.B. Lässt andere Vorschläge, ... gelten, erkennt sie als gleichwertigen Beitrag zur gemeinsamen Lösung an und kann sie auch annehmen)</i>
Die Schüler/innen können ihre eigenen Emotionen wahrnehmen und regulieren (Emotionales Selbstkonzept).
EMOTIONEN WAHRNEHMEN: Der/die Schüler/in kann eigene Emotionen wahrnehmen und reflektieren.
(AK) Kann eigene Emotionen wahrnehmen und beschreiben (AK) Kann Situationen, in denen bestimmte Emotionen oft auftreten, nennen (CK) Kann die Auswirkungen von Emotionen auf das eigene Wohlbefinden und Handeln beschreiben <i>(z.B. „Wenn ich mich unfair behandelt fühle werde ich wütend, dann kann ich nicht mehr klar denken“)</i>
EMOTIONEN REGULIEREN: Der/die Schüler/in kann eigene Emotionen regulieren und handlungsfähig bleiben.
(BK) Kann Strategien zur Bewältigung von Emotionen in schwierigen Situationen finden und anwenden <i>(z.B. Einige Minuten alleine sein, um wieder zu sich zu finden)</i>
Die Schüler/innen können am Unterricht aktiv teilnehmen.
AUFMERKSAMKEIT/ MOTIVATION: Der/die Schüler/in kann die eigene Aufmerksamkeit und Motivation regulieren.
(AK) Kann die eigene Aufmerksamkeit/Motivation so regulieren, dass im Unterricht vereinbarte Aufgabenstellungen durchgehalten werden <i>(z.B. Kann sich auch bei andersgelagerten Bedürfnissen/Interessen auf eine Situation/Aufgabe einlassen)</i>
AUFGABENÜBERNAHME: Der/die Schüler/in kann Aufgaben zur Mitgestaltung des Unterrichts übernehmen.
(BK) Zeigt Verantwortungs- und Pflichtbewusstsein bei der Übernahme und Durchführung unterschiedlicher Aufgaben im Unterricht <i>(z.B. Baut Geräte gewissenhaft auf und räumt sie entsprechend wieder weg)</i>

5.2 SOZIALKOMPETENZ

(Sekundarstufe I)

Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport bietet vielfältige Bewegungs- und Sportmöglichkeiten zur Entwicklung der Sozialkompetenz, welche in enger Wechselwirkung zur Entwicklung der Selbstkompetenz zu sehen ist. Um nachhaltige Effekte zu erzielen, sind Aspekte der Sozialkompetenz in vielfältiger, konsequenter und kontinuierlicher Weise immer wieder im Unterricht einzubinden. Spontane lernrelevante Bewegungs- und Sportsituationen sollen aufgegriffen thematisiert werden. Im Folgenden ist die Aufmerksamkeit darauf gelenkt, wozu die Schüler/innen im Klassenverband in der Lage sind, nicht so sehr, was der einzelne Schüler, die einzelne Schülerin beherrscht.
Die Schüler/innen können als Gruppe Maßnahmen setzen, um Verhaltensnormen und –regeln zu erstellen und einzuhalten.
REGELN KENNEN: Die Schüler/innen können im Klassenverband vorgegebene Verhaltensnormen und –regeln benennen und als Gruppe einhalten.
(AK) Können Verhaltensnormen und –regeln nennen (AK) Können begründen, warum die Einhaltung dieser Normen/Regeln im Klassenverband/der Sportgruppe wichtig ist <i>(z.B. Es besteht ein vereinbartes Verständnis darüber, wie Geräte aufgebaut und weggeräumt werden.)</i>
REGELN EINHALTEN: Der/die Schüler/innen können Verhaltensnormen und -regeln vereinbaren und einhalten.
(BK) die Schüler/innen beteiligen sich konstruktiv an der Entwicklung von Vereinbarungen (AK) Können die vereinbarten Verhaltensnormen und –regeln einhalten (CK) Können die Konsequenzen der Vereinbarungen prüfen <i>(z.B. Regeln zur Pünktlichkeit gemeinsam vereinbaren und einhalten.)</i>
Die Schüler/innen können den Unterschied zwischen fairem und unfairem Handeln erkennen und sich selbst fair verhalten.
FAIRNESS ERKENNEN: Der/die Schüler/innen benennen faires und unfaires Verhalten im Unterrichtsgeschehen.
(AK) Können faires und unfaires Verhalten anhand konkreter Beispiele im Sportunterricht beschreiben (BK) Können in wechselseitiger Beobachtung faires und unfaires Verhalten festhalten <i>(z.B. Spieler/in, der/die sich die Schuhbänder bindet, nicht abschießen)</i>
FAIR SEIN: Die Klasse kann ihr Verhalten in unterschiedlichen Situationen nach Prinzipien der Fairness steuern und regulieren.
(BK) Kann sich in neuartigen Situationen fair verhalten (BK) Kann sich auch in unbeobachteten Situationen fair verhalten <i>(z.B. Gibt ein eigenes Übertreten zu, obwohl es niemand gesehen hätte)</i>
Die Schüler/innen können angemessen miteinander kommunizieren.
ANGEMESSENHEIT: Der/die Schüler/in kann angemessen nonverbal und verbal mit anderen kommunizieren.
(AK) Kann sich für andere verständlich und in respektvoller Weise verbal und nonverbal ausdrücken (AK) Kann aufmerksam zuhören

(BK) Kann andere in ihren Perspektiven und Ausdrucksformen verstehen (z.B. Anliegen in der Ich-Form ausdrücken, keine Schimpfwörter, keine beleidigenden Gesten, ausreden lassen, zuhören und ggf. nachfragen)
Die Schüler/innen können in einer Gruppe bestehen und kooperieren.
BEDÜRFNISSE EINBRINGEN: Der/die Schüler/in kann eigene Bedürfnisse in eine Gruppe einbringen und bei andersgelagerten Gruppenentscheidungen auch zurückstellen.
(BK) Kann eigene Interessen äußern (BK) Kann sich in einer Gruppe unter Wahrung sozial akzeptablen Verhaltens durchsetzen (BK) Kann eigene Interessen im Sinne eines Gesamtziels zurückstellen und entsprechend handeln (BK) Kann Distanz zur Gruppe und persönliche Identität wahren (z.B. Ist trotz der Ablehnung eigener Vorstellungen durch die Gruppe noch gewillt, an der Gesamtaufgabe mitzuarbeiten)
Die Schüler/innen können unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren.
SELBSTREFLEXION: Der/die Schüler/innen können ihre Rollen beschreiben.
(BK) Können ihr Rollenverhalten in einer Gruppe beschreiben und thematisieren (CK) Können in der Gruppe die Wirkung unterschiedlicher Rollen reflektieren (z.B. Die Rolle als Gruppenleiter/in)
PERSPEKTIVENÜBERNAHME: Der/die Schüler/in kann sich in eine andere Rolle hineinversetzen.
(AK) Kann Einstellungen, Perspektiven und Erwartungen anderer beschreiben (BK) Kann fremde Einstellungen, Perspektiven und Erwartungen akzeptieren, auch wenn diese nicht den eigenen entsprechen (z.B. Entscheidungen eines Gruppenleiters einer Gruppenleiterin akzeptieren können)
AUFGABENÜBERNAHME: Der/die Schüler/in kann Aufgaben übernehmen.
(AK) Kennt und versteht die eigenen Aufgaben im Unterricht (z.B. Mitarbeit/Mithilfe) (AK) Erfüllt die übertragenen Aufgaben

5.3 METHODENKOMPETENZ

(Sekundarstufe I)

Grundsätzlich ist Methodenkompetenz als eine für das Lernen bedeutsame Fähigkeit zu verstehen: Das Lernen lernen. Methodenkompetenz in Bewegung und Sport umfasst insbesondere auch organisatorische, bewegungstechnische, sicherheitsbezogene und gesundheitliche Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten. Methodenkompetenzen sollen beim Erlernen der unterschiedlichen Fachkompetenzen (Sportarten/Bewegungshandlungen) immer wieder thematisiert werden. Anzustreben ist, die jeweiligen Methodenkompetenzen im Laufe der Sekundarstufe I in möglichst vielen unterschiedlichen Fachkompetenzbereichen anzuwenden.
Die Schüler/innen bauen ein Verständnis für Bewegungslernen und körperlich-sportliche Entwicklung auf
(AK) Kann sich für das Lernen von Bewegungen motivieren (AK) Kann seine Aufmerksamkeit auf Modell/Vorzeigende lernrelevant lenken (CK) Kann für das Erlernen von Bewegungen geeignete Fragen stellen (CK) Kann Selbst- und Fremdrückmeldungen im Lernprozess konstruktiv nutzen
Die Schüler/innen können unterschiedliche Bewegungshandlungen/Sportarten gesundheitsorientiert durchführen.
FUNKTIONELLES AUFWÄRMEN: Der/die Schüler/in kann je ein bekanntes allgemeines und ein sportartspezifisches Aufwärmen durchführen.
(AK) Kann die Bedeutung des Aufwärmens für ein gesundheitsorientiertes Sporttreiben begründen (BM) Kann ein im Unterricht erarbeitetes allgemeines Aufwärmen anwenden (BM) Kann ein erarbeitetes spezifisches Aufwärmen anwenden (z.B. Ein Aufwärmen im Volleyball)
GESUNDHEITSORIENTIERTES BEWEGEN: Der/die Schüler/in kann ausgewählte Bewegungshandlungen (Sportarten/Übungen) hinsichtlich ihrer Gesundheitsrelevanz beurteilen.
(AK) Kann für im Unterricht durchgenommene Bewegungshandlungen positive Wirkungen auf die Gesundheit beschreiben (AK) Kann die richtige Ausführung für im Unterricht durchgenommene Bewegungshandlungen beschreiben (z.B. Positive Wirkungen von Ausdauertraining, richtiges Ausführen von Kräftigungsübungen)
Die Schüler/innen können Wettkämpfe und Spiele im Klassenrahmen organisieren.
WETTKÄMPFE: Der/ die Schüler/in kann einfache Aufgaben in Einzel- und Gruppenwettkämpfen übernehmen.
(BK) Kann möglichst gleich starke Mannschaften bilden (AK) Kann beim Aufbau (Geräte, Stationen) mitwirken (BK) Kann Aufgaben eines Kampfrichters/einer Kampfrichterin ausführen (z.B. Zeiten/Längen messen, Ergebnisse dokumentieren)
SPIELE: Der/die Schüler/in kann einfache Aufgaben in der Spielleitung und Spielorganisation übernehmen (kleine Bewegungsspiele).
(BK) Kann organisatorische Aufgaben bei Spielen übernehmen (BK) Kann Funktionen als Spielleiter/in übernehmen (z.B. Linienrichter/in, Zählen des Spielstandes, Regelübertretungen)

Die Schüler/innen können Bewegungen beschreiben und bewerten.
TECHNIKEN: Der/ die Schüler/in kann Techniken beschreiben und bewerten.
(AK) Kann wesentliche Technikmerkmale sportlicher Bewegungen beschreiben (CK) Kann die Qualität von beobachteten Bewegungen bewerten (z.B. Wasserlage, Atmung, Arm- und Beintempo beim Schwimmen)
OFFENE BEWEGUNGSFORMEN: Der/ die Schüler/in kann offene, technikungebundene Bewegungen beschreiben und bewerten.
(AK) Kann offene Bewegungsformen nach Qualitätskriterien (Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus) beschreiben (CK) Kann offene Bewegungsformen bewerten (z.B. Bewegungsverbindung in der Akrobatik)
Die Schüler/innen können beim Üben helfen und sichern.
HILFESTELLUNGEN/SICHERUNGEN: Der/die Schüler/in kann eine bekannte Hilfestellung/Sicherung anwenden.
(AK) Kann eine Hilfestellung/Sicherung beschreiben und vorzeigen (AM) Kann eine Hilfestellung/Sicherung anwenden (z.B. Drehgriff)
Die Schüler/innen können sportliche Handlungen sicher durchführen.
GEFAHREN: Der/die Schüler/in kann Gefahrenquellen nennen und Sicherheitsmaßnahmen treffen.
(AK) Kann Gefahrenquellen erkennen (AK) Kann Gefahrenquellen begründen (BK) Kann geeignete Sicherheitsmaßnahmen treffen (BK) Kann sicherheitsbezogene Normen und Regeln einhalten (z.B. Richtige Absicherung bei einem Hindernislauf)
RISIKEN: Der/die Schüler/in kann in sportlichen Handlungen Risiko und Wagnis in Relation zu den eigenen Fähigkeiten abschätzen.
(BK) Kann Herausforderungen hinsichtlich eines Sicherheitsrisikos für sich abschätzen (BK) Kann im Verhältnis zu den eigenen Fähigkeiten eine passende Herausforderung wählen (z.B. Einen Sprung in den Weichboden, kann auch „nein“ zu einer Herausforderung sagen)

5.4 FACHKOMPETENZ

(Sekundarstufe I)

Der Bereich der Fachkompetenz wird aufgrund der vielfältigen Entwicklungsmöglichkeiten in den unterschiedlichen Sportarten/ Bewegungshandlungsfeldern in unterschiedliche Kompetenzbereiche aufgegliedert dargestellt. Das Thema *Gesundheit* ist aufgrund seiner Wichtigkeit in der Fachkompetenz extra ausgewiesen.

Fachkompetenzbereiche:

- Motorische Fähigkeiten
- Gesundheit
- Turnen
- Leichtathletik
- Schwimmen
- Sportspiele
- Gymnastik, Akrobatik, Tanz
- Roll- und Gleitsportarten
- Zweikämpfe
- Weitere Bewegungsfelder und Sportarten

Der Bereich der *Weiteren Handlungsfelder und Sportarten* ist im Kompetenzkatalog der Sekundarstufe I nicht obligatorisch, aber unter Berücksichtigung der Rahmenbedingungen und Schülerinteressen erwünscht.

5.4.1 Motorische Fähigkeiten

Informationen für die Durchführung der entsprechenden Tests finden Sie in Kapitel 8.1 (Evaluierung).

Die Tabelle zeigt die Normwerte für die einzelnen Niveaustufen der Sekundarstufe I (8. Schulstufe). Dabei entspricht A einem ausgezeichneten Zustand, B dem Durchschnitt und C dem Mindeststandard. Unterhalb dieses Wertes sind Maßnahmen für eine gezielte Förderung unerlässlich.

	Hürden-Bumerang (Sek.)		Stand-Weit-Sprung (cm)		Sechs-Minuten-Lauf (m)	
Niveau	Knaben	Mädchen	Knaben	Mädchen	Knaben	Mädchen
A	12,5	14,5	200	185	1.550	1.300
B	15,0	17,5	175	160	1.300	1.150
C	17,5	20,5	150	135	1.050	0.950

5.4.2 Gesundheit

Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport hat zur Entwicklung einer gesundheitsorientierten Einstellung einen wichtigen Beitrag zu leisten. In der Sekundarstufe I sind dafür entsprechende Grundlagen zu erarbeiten.
Die Schüler/innen kennen anatomische und physiologische Grundlagen des Körpers und können dieses Wissen anwenden.
MUSKULATUR: Der/die Schüler/in kann Lage und Funktion wichtiger Muskelgruppen beschreiben und Übungen korrekt ausführen.
(AK) Kann vorgegebene Muskelgruppen benennen (AK) Kann die Muskelgruppen am Körper zeigen (AM) Kann bekannte Übungen zur Kräftigung und Dehnung korrekt ausführen
KÖRPERHALTUNG: Der/die Schüler/in kann den Unterschied zwischen einer guten und einer schlechten Körperhaltung zeigen.
(AK) Kann eine gute Haltung beschreiben (AM) Kann eine gute Haltung zeigen (AK) Kann verschiedene Haltungsfehler beschreiben (AK) Kann Ursachen und Folgen von Haltungsschwächen/-fehlern nennen (z.B. Kann Bewegungsgewohnheiten, die zu einem Rundrücken führen, nennen)
KÖRPERSPANNUNG: Der/ die Schüler/in kann Bewegungen mit Körperspannung ausführen.
(AM) Kann den Unterschied von Körperspannung und entspannter Körperhaltung zeigen (BM) Kann vorgegebene und freie Bewegungen bewusst mit Körperspannung ausführen (z.B. Bewusst mit und ohne Körperspannung stehen/gehen)
HERZ/KREISLAUF: Der/die Schüler/in kann Auswirkungen von Belastungen auf das Herz-/Kreislaufsystem erkennen und beschreiben.
(AK) Kann den Puls richtig messen (AK) Kann Vorgänge im Körper im Zusammenhang mit Be- und Entlastung beschreiben (z.B. Puls und Atmung)

5.4.3 Turnen

Vielfältige Erfahrungs- und Lernprozesse des freien Bewegens an Geräten sind die Grundlage für ein zielgerichtetes Erarbeiten der Grundfertigkeiten des Boden- und Gerätturnens.
Die Deskriptoren des Fachkompetenzbereiches Turnen sind am Turn-10-Programm orientiert. Die Elemente sollen so gewählt werden, dass sie für die/den Schüler/in eine individuelle Herausforderung darstellen. Sie sollen auch in Bewegungsverbindungen gezeigt werden können.
→ Deskriptoren zur Akrobatik sind im Bewegungsfeld Gymnastik und Tanz integriert.

Die Schüler/innen können Fertigkeiten des Boden- und Gerätturnens ausführen.

FREIES TURNEN: Der/die Schüler/in kann turnerische Bewegungsaufgaben lösen.

(AM) Kann Bewegungsaufgaben in offenen Bewegungssituationen alleine lösen
(AM) Kann sich beim Lösen von Aufgaben in offenen Bewegungssituationen in der Gruppe einbringen
(z.B. Gerätebahn, Bewegungsbaustelle)

BODENTURNEN: Der/die Schüler/in beherrscht Fertigkeiten des Bodenturnens.

(AM) Kann drei Elemente am Boden (Burschen und Mädchen) vorzeigen
(AK) Kann drei Elemente am Boden (Burschen und Mädchen) beschreiben
(BM) Kann am Boden die Elemente in Form einer Übungsverbindung (Burschen und Mädchen) flüssig turnen

GERÄTTURNEN: Der/die Schüler/in beherrscht Fertigkeiten des Turnens an Geräten.

(AM) Kann je drei Elemente am Barren, Reck und Kasten (Burschen) vorzeigen
(AK) Kann je ein Element am Barren, Reck und Kasten (Burschen) beschreiben
(AM) Kann je drei Elemente am Balken, Reck und Kasten (Mädchen) vorzeigen
(AK) Kann je ein Element am Balken, Reck und Kasten (Mädchen) beschreiben
(BM) Kann an den Geräten jeweils die Elemente in Form einer Übungsverbindung (Burschen und Mädchen) flüssig turnen

5.4.4 Leichtathletik

Möglichst vielfältige Erfahrungs- und Lernprozesse des Laufens, Springens, Werfens und Stoßens sind die Grundlage für ein zielgerichtetes Erarbeiten der entsprechenden leichtathletischen Techniken. Der/die Schüler/in soll am Ende der Sekundarstufe I (8. Schulstufe) individuell optimale Leistungen des Laufens/Springens/Werfens/Stoßens in Einzel- und Gruppenwettkämpfen erbringen. In einzelnen Disziplinen wurden dafür Richtwerte formuliert.
Die Schüler/innen können leichtathletische Bewegungsformen ausüben.
LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN: Der/die Schüler/in verfügt über ein reichhaltiges Bewegungskönnen in den Bereichen Laufen, Springen, Werfen/Stoßen.
(AM) Kann in offenen Bewegungssituationen und Wettkämpfen schnell, ausdauernd und über Hindernisse laufen (z.B. Hindernisparcours) (AM) Kann in offenen Bewegungssituationen und Wettkämpfen weit und hoch springen (BM) Kann in offenen Bewegungssituationen und Wettkämpfen auf Ziele und in die Weite werfen/ stoßen (z.B. Hallenbiathlon)
SPRINT: Der/die Schüler/in kann im Tiefstart starten und mit hoher Schrittfrequenz laufen.
(AM) Kann den Tiefstart vorzeigen (AK) Kann den Tiefstart beschreiben (AM) Kann die Sprintbewegung (Ballenlauf) vorzeigen (AK) Kann die Kennzeichen einer guten Sprintbewegung (Ballenlauf) beschreiben (BM) Kann in einem Sprintbewerb (Richtwert 60 Meter) die optimale Leistung erbringen (AM) Kann die Übergabe in einer Staffel ausführen
DAUERLAUF: Der/die Schüler/in kann ausdauernd laufen.
(AM) Kann über eine mittlere Distanz (Richtwert 10 Minuten) gleichmäßig laufen (AK) Kann Möglichkeiten der Leistungsverbesserung beschreiben (z.B. Regelmäßiges Üben, richtige Atmung, Durchhaltevermögen) (BM) Kann in einem Wettkampf über mittlere Distanz die optimale Leistung erbringen (z.B. 6/8-Minuten-Lauf)
WEITSPRUNG: Der/die Schüler/in kann einen Weitsprung ausführen.
(AM) Kann in technischer Grobform weit springen (AK) Kann die Merkmale einer ausgewählten Weitsprungtechnik beschreiben (BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Weite erzielen
HOCHSPRUNG: Der/die Schüler/in kann einen Hochsprung ausführen.
(AM) Kann in technischer Grobform hoch springen (AK) Kann die Merkmale einer guten Hochsprungtechnik beschreiben (BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Höhe erzielen
WERFEN: Der/die Schüler/in kann eine Wurfbewegung ausführen.
(AM) Kann mit einer guten Wurftechnik werfen (AK) Kann die Merkmale einer guten Wurftechnik beschreiben (BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Weite erzielen
STOSSEN: Der/die Schüler/in kann eine Stoßbewegung ausführen.
(AM) Kann mit einer guten Stoßtechnik eine Kugel stoßen (AK) Kann die Merkmale einer guten Stoßtechnik beschreiben (BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Weite erzielen

5.4.5 Schwimmen

Vielfältige Erfahrungs- und Lernprozesse des Bewegens im Wasser, des Springens und Tauchens bilden die Basis für das zielgerichtete Erarbeiten der entsprechenden Grundfertigkeiten (Lagen). Die Deskriptoren in diesem Bereich orientieren sich an den Anforderungen des Fahrten- und Allroundschwimmerabzeichens.
Die Schüler/innen können sich sicher in unterschiedlichen Bewegungsformen im Wasser bewegen.
BADEREGELN: Der/die Schüler/in kann die Baderegeln wiedergeben und einhalten.
(AK) Kann die Baderegeln wiedergeben (AK) Kann die Baderegeln begründen (AK) Kann die Baderegeln einhalten
SELBSTRETTUNG: Der/die Schüler/in kann Möglichkeiten der Selbstrettung nennen und zeigen.
(AK) Kann Verhaltensgrundsätze der Selbstrettung nennen (AM) Kann sich mit geringem Energieaufwand über Wasser halten (z.B. „Toter Mann“) (AM) Kann 50m ohne Armtätigkeit in Rückenlage schwimmen
FREMDRETTUNG: Der/die Schüler/in kann das Transportieren als Teil der Fremdrettung ausführen.
(AK) Kann das richtige Verhalten im Notfall beschreiben (AM) Kann eine gleich schwere Person transportieren (Richtwert 25m)
TECHNIK: Der/die Schüler/in kann die Grundtechnik des Startens, Schwimmens und Wendens in 2 Schwimmstilen beschreiben und vorzeigen.
(AM) Kann eine Strecke von 200m in Brust- und Kraul- oder Rückenkraultechnik ohne Unterbrechung schwimmen (AM) Kann einen Startsprung zeigen (AM) Kann eine Wendetechnik zeigen (AK) Kann die Schwimmstile und die Start-/Wendetechniken beschreiben
SCHNELL/AUSDAUERND: Der/die Schüler/in kann schnell und ausdauernd schwimmen.
(AM) Kann 100m in beliebigem Stil schnell schwimmen (Richtwert 2:30 min) (AM) Kann in beliebigem Stil ohne Unterbrechung schwimmen (Richtwert 15 min)
TAUCHEN: Der/die Schüler/in kann in die Tiefe ab- und eine Strecke tauchen.
(AM) Kann nach Gegenständen in der Tiefe tauchen (Richtwert 2m Tiefe und Gegenstand 2,5kg) (AM) Kann Streckentauchen mit Abstoß vom Beckenrand (Richtwert 10m)
SPRINGEN: Der/die Schüler/in kann kontrolliert ins Wasser springen.
(AM) Kann einen Kopfsprung aus 1m Höhe oder einen beliebigen Sprung aus 3m Höhe ausführen

5.4.6 Sportspiele

Grundlegende Spielerfahrungen und Fertigkeiten/Fähigkeiten (Fangen, Passen, Freilaufen, ...) sollen als Basis für die Sportspiele vor allem mittels kleiner Spiele erarbeitet werden.
Am Ende der Sekundarstufe I sollen die Schüler/innen in der Lage sein, die grundlegenden Techniken und Taktiken in den Sport- und Rückschlagspielen Basketball, Handball, Fußball, Volleyball und Badminton anzuwenden.

Im Rahmen des Kompetenzkatalogs sind primär die Sport- und Rückschlagspiele in ihrer Grundform verpflichtend zu erarbeiten. Je nach Rahmenbedingungen und Schülerinteressen soll jedoch auch die Erarbeitung anderer Spiele angestrebt werden (z.B. Floorball, Faustball, Speedball, ...)

Die Schüler/innen können an kleinen Spielen und Sportspielen /
Rückschlagspielen erfolgreich teilnehmen.

KLEINE SPIELE

SPIELIDEE: Der/die Schüler/in kann eine Spielidee umsetzen.

- (AK) Kann die zentrale Idee von kleinen Spielen und deren Unterschiede beschreiben
- (AK) Kann die Regeln kleiner Spiele wiedergeben
- (AK) Kann die Regeln einhalten
- (BK) Kann im Rahmen einer Spielbeobachtung Regelverstöße erkennen und benennen

TAKTIK: Der/die Schüler/in beherrscht die taktischen Anforderungen eines Spieles.

- (AK) Kann einzeltaktische Anforderungen beschreiben
- (BM) Kann einzeltaktische Anforderungen anwenden
- (AK) Kann einfache gruppentaktische Anforderungen beschreiben
- (BM) Kann einfache gruppentaktische Anforderungen erfüllen
- (z.B. Freilaufen und Anbieten, Finten, Raum- und Manndeckung)

GESTALTUNG: Der/die Schüler/in kann Spiele verändern und gestalten.

- (CK) Kann im Rahmen einer Spielbeobachtung die Qualität eines kleinen Spiels beurteilen
- (BK) Kann in der Gruppe Ideen einbringen, die den Spielverlauf verbessern
- (z.B. Mehrere Fänger, kleineres Feld, anderer Ball)

SPORTSPIELE: BASKETBALL, HANDBALL, FUSSBALL

TECHNIK: Der/die Schüler/in beherrscht die Technikbereiche Fortbewegung mit dem Ball, Pass/Annahme und Angriffsabschluss.

- (AK) Kann die spezifischen Formen des Zuspiels und der Ballannahme beschreiben
- (AM) Kann die Formen des Zuspiels und der Ballannahme in spielnahen Übungsformen demonstrieren
- (AK) Kann die Fortbewegungen mit dem Ball (Dribbling) beschreiben
- (AM) Kann die Fortbewegungen mit dem Ball (Dribbling) vorzeigen
- (AK) Kann einen Torschuss/Torwurf- bzw. eine Korbwurftechnik beschreiben
- (AM) Kann einen Torschuss/Torwurf- bzw. eine Korbwurftechnik vorzeigen

REGELN: Der/die Schüler/in kann Spielregeln und die Ahndung bei Regelverstößen nennen.

- (AK) Kann die wichtigsten Regeln der drei Sportspiele wiedergeben
- (CK) Kann die wichtigsten Regeln der drei Sportspiele im Spiel einhalten
- (CK) Kann im Rahmen einer Spielbeobachtung die Einhaltung der Regeln beurteilen

RÜCKSCHLAGSPIELE: BADMINTON, VOLLEYBALL
TECHNIK/Badminton: Der/die Schüler/in beherrscht die Techniken im Badminton (Service, Abwehr- und Angriffsschlag) und kann sie in spielnahen Übungsformen durchführen.
(AK) Kann eine Form des Service beschreiben (AM) Kann eine Form des Service ausführen (AK) Kann Abwehr- und Angriffsschläge beschreiben (AM) Kann Abwehr- und Angriffsschläge in Übungsformen durchführen
TECHNIK/Volleyball: Der/die Schüler/in beherrscht die Techniken im Volleyball (Service, Ballannahme und Zuspielen, Angriffsschlag) und kann sie in spielnahen Übungsformen anwenden.
(AK) Kann eine Form des Service beschreiben (AM) Kann eine Form des Service ausführen (AK) Kann die Formen der Ballannahme und des Zuspiels (Baggern und Pritschen) beschreiben (BM) Kann in spielnahen Übungsformen den Ball annehmen und zuspielen (Baggern und Pritschen) (AK) Kann Abwehr- und Angriffsschläge beschreiben (AM) Kann Abwehr- und Angriffsschläge durchführen
REGELN: Der/die Schüler/in kennt die Spielregeln in Badminton und Volleyball und kann sie im Spiel einhalten.
(AK) Kann die wichtigsten Regeln in Badminton und Volleyball wiedergeben (BM) Kann die wichtigsten Regeln in Badminton und Volleyball im Spiel einhalten (CK) Kann im Rahmen einer Spielbeobachtung die Einhaltung der Regeln beurteilen

5.4.7 Gymnastik, Akrobatik, Tanz

Mit dem Fachkompetenzbereich Gymnastik, Akrobatik und Tanz sind neben den entsprechenden motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten vor allem auch kreative Aspekte angesprochen. Im Unterricht ist so die Möglichkeit zu schaffen, selbstständige Bewegungsformen zu erfinden und zu gestalten.
→ Motorische Grundlagen für Akrobatik werden vorrangig im Handlungsfeld Turnen geschaffen.

Die Schüler/innen können tänzerische, gymnastische und akrobatische Bewegungsformen umsetzen.

MUSIK UND RHYTHMUS: Der/die Schüler/in kann einfache Rhythmen erkennen und dazu vorgegebene Bewegungen ausführen.

(AK) Kann einfache Rhythmen erkennen und benennen
(AM) Kann vorgegebene Bewegungen im Rhythmus nachmachen
(z.B. Takt mitzählen; vorgegebene Schritte im Rhythmus nachmachen)

RHYTHMISCHE GYMNASTIK: Der/die Schüler/in kann einfache Bewegungsformen der rhythmischen Gymnastik zeigen.

(AK) Kann Bewegungsformen der rhythmischen Gymnastik beschreiben
(BM) Kann Bewegungsformen der rhythmischen Gymnastik vorzeigen

BEWEGUNGSKÜNSTE: Der/die Schüler/in kann alleine oder in der Gruppe einfache Bewegungsformen des Jonglierens, der Akrobatik, des Bewegungstheaters und/oder der Pantomime zeigen.

(AK) Kann entsprechende Bewegungsformen (Jonglieren, Akrobatik, Bewegungstheater, Pantomime) beschreiben
(BM) Kann entsprechende Bewegungsformen (er)finden und ausführen
(z.B. Die Figur „Fahne“ zeigen und beschreiben)

BEWEGUNGSVERBINDUNG: Der/die Schüler/in kann Bewegungsverbindungen und einfache Choreographien erfinden und präsentieren.

(BK) Kann Bewegungsverbindungen und einfache Choreographien alleine erstellen
(BK) Kann Bewegungsverbindungen und einfache Choreographien in der Gruppe erstellen
(BM) Kann die Bewegungsverbindungen und Choreographien präsentieren
(z.B. Abschluss für eine Choreographie erfinden und präsentieren)

BEWEGUNGSAusDRUCK: Der/die Schüler/in kann Gefühle und Emotionen durch Bewegung ausdrücken.

(BM) Kann seine/ihre Gefühle und Emotionen körperlich (pantomimisch) darstellen
(BK) Kann pantomimische Elemente erfinden und in eine Bewegungsverbindungen und/oder Choreographien einbauen

5.4.8 Roll- und Gleitsportarten

Rollende und gleitende Geräte repräsentieren Sportarten mit hohem Freizeitwert. Die Schüler/innen der Sekundarstufe I sollen daher die grundlegenden Techniken auf mindestens einem rollenden und einem gleitenden Sportgerät beherrschen. Die Erarbeitung kann auch in Form einer Schulveranstaltung (Wintersportwoche) und Projekten (Projekt Fahrrad/Skateboard) erfolgen.

ROLLENDE GERÄTE: Der/die Schüler/in kann sich mit einem rollenden Sportgerät (z.B. Fahrrad, Inline-Skates, Skateboard) sicher fortbewegen.

(AM) Kann beschleunigen und sicher abbremsen
 (AM) Kann Richtungsänderungen ausführen
 (BM) Kann allein und/oder mit einem/einer Partner/in kleine Kunststücke vorzeigen
 (z.B. *Einbeinig, langsam, synchron fahren*)

GLEITENDE GERÄTE: Der/die Schüler/in kann sich mit einem gleitenden Sportgerät (Alpinski, Langlaufski, Eislaufschuhe, Snowboard) sicher fortbewegen.

SKILAUFEN/SNOWBOARDEN:

(AK) Kann die grundlegenden Techniken (Schussfahren, Bremsen, Kurven) beschreiben
 (AM) Kann die grundlegenden Techniken (Schussfahren, Bremsen, Kurven, Schwingen) vorzeigen
 (BM) Kann dem Gelände und dem Schnee angepasst sicher Ski fahren bzw. snowboarden
 (AM) Kann Aufstiegshilfen sicher benutzen
 (AM) Kann kleine Kunststücke zeigen

SKILANGLAUFEN:

(AK) Kann die Technik (Skating, Klassisch) beschreiben
 (AM) Kann sich in einer Technik (Skating, Klassisch) fortbewegen
 (BM) Kann sich in Spielen und kleinen Wettkämpfen bewähren
 (BM) Kann über eine mittlere Distanz (Richtwert 20 Minuten) mit gleichmäßigem Tempo laufen

EISLAUFEN:

(AM) Kann vorwärts und rückwärts fahren, beschleunigen und sicher bremsen
 (AM) Kann Richtungsänderungen durchführen
 (BM) Kann kleine Kunststücke (einfache Sprünge, Drehungen, Figuren) vorzeigen

5.4.9 Zweikämpfe

Zweikämpfe (Kampfsportarten) sind Bestandteil der Bewegungs- und Sportkultur und somit ein wichtiger Erfahrungs- und Lernbereich.

Dieser Kompetenzbereich muss jedoch nicht unbedingt mit den „klassischen“ verbreiteten Zweikampfsportarten (Judo, Karate,...) erarbeitet werden.

Vielmehr geht es um das Erproben und Erlernen vielfältiger Formen des Miteinander-Kämpfens, z.B. anhand unterschiedlich und individuell gestalteter Zieh- und Schiebewettkämpfe. Ein verantwortungsbewusster Umgang mit dem Gegner ist ein übergeordnetes Ziel.

Die Schüler/innen können in Zweikampfformen bestehen.

RITUALE und REGELN: Der/die Schüler/in kann Rituale und Regeln des Zweikampfs einhalten und anpassen.

(AK) Versteht die Bedeutung von Ritualen beim Kämpfen

(BM) Kann die Rituale beim Kämpfen einhalten

(AK) Kann die Regeln von Zweikämpfen wiedergeben

(AK) Kann die Regeln in Zweikämpfen befolgen

(BK) Kann sich in das Anpassen von Regeln mit Ideen einbringen

TECHNIK: Der/die Schüler/in kann technische Anforderungen beim Kämpfen erfüllen.

(AM) Kann in kleinen Kämpfen seine Kraft dosiert einsetzen

(AK) Kann beschreiben, welche Bewegungsfertigkeiten (Gleichgewicht, Krafteinsatz, ...) beim Kämpfen wichtig sind

(BM) Kann Bewegungsfertigkeiten (Gleichgewicht, Krafteinsatz, ...) beim Kämpfen in Angriff und Verteidigung einsetzen

TAKTIK: Der/die Schüler/in kann die taktischen Anforderungen beim Kämpfen erfüllen.

(BK) Kann die Stärken und Schwächen eines Gegners richtig einschätzen

(BM) Kann in kleinen Kämpfen Angriffs- und Verteidigungstaktiken anwenden

6 Kompetenzkatalog Sekundarstufe II

Bewegung und Sport der Sekundarstufe II baut auf dem motorischen sowie sportartspezifischen Fundament der Sekundarstufe I auf. Er soll auf die aktuelle Lebenssituation der Schüler/innen und deren *Bewegungs- und Sportverhalten außerhalb der Schule* ausgerichtet sein. Andererseits geht es um die Weiterentwicklung einer *bewegungs- und gesundheitsorientierten Grundeinstellung im Hinblick auf lebenslanges Sporttreiben*. Die Schüler/innen sollen daher im Unterricht Erfahrungs- und Lerngelegenheiten angeboten bekommen, die einen körperlich aktiven Lebensstil fördern und ihre außerschulischen Bewegungs- und Sporterfahrungen einbinden.

Im Bereich der *FACHKOMPETENZ* ist in der Sekundarstufe II nicht mehr die ganze Breite der jeweiligen Bewegungshandlungen / Sportarten anzustreben. Vielmehr sollen *Schwerpunkte nach Neigungen der Schüler/innen, Rahmenbedingungen der Schule und gesellschaftlichen Anforderungen* gesetzt werden. Ein Mindestmaß an sportlicher Vielseitigkeit ist aber auf jeden Fall anzustreben.

Bei der langfristigen Unterrichtsplanung soll versucht werden, wenigstens eine mittlere Anzahl von Feldern des Kompetenzmodells zu berücksichtigen und innerhalb der Kompetenzbereiche Gewichtungen vorzunehmen. Dem Lehrstoffbereich *weitere Bewegungsfelder und Sportarten* kommt in der Sekundarstufe II eine besondere Bedeutung zu. Damit sind vor allem Inhalte mit hohem Freizeitwert gemeint.

Bewegung und Sport soll Schüler/innen der Sekundarstufe II auf Basis einer breiten Auseinandersetzung mit dem gesellschaftlichen Phänomen Sport befähigen, für sich geeignete körperliche und sportliche Aktivitäten auszuwählen. Dabei sollen insbesondere folgende Aspekte berücksichtigt werden: Beitrag von Bewegung und Sport zur eigenen Gesundheit, Lebensqualität und Leistungsfähigkeit, sozial faires Sporttreiben unter Berücksichtigung multikultureller und ökologischer Faktoren sowie die reflektierte Auseinandersetzung mit kritischen gesellschaftlichen Phänomenen der Bewegungs- und Sportkultur (wie Doping, Kommerzialisierung, Medialisierung, ...),

Dadurch sollen die Schüler/innen ein entsprechendes Bewusstsein über den Beitrag von Bewegung und Sport zur Lebensqualität aufbauen. Entsprechend ist der Unterricht so zu gestalten, dass er zur *SELBSTKOMPETENZ* und *SOZIALKOMPETENZ* in diesen Bereichen beiträgt.

Als **METHODENKOMPETENZ** soll vor allem die Fähigkeit der Schüler/innen entwickelt werden, Erlerntes selbstständig auf andere Sport- und Bewegungssituationen zu übertragen. Zur Orientierung wieder die wissensbezogenen und senso-motorischen Kompetenzen in den jeweiligen Handlungsdimensionen (Kap. 4.2.1):

Handlungsdimensionen	
wissensbezogener Kompetenzen	sensomotorischer Kompetenzen
(AK) Kognitive Reproduktion: Bewegungen beschreiben und Gesetzmäßigkeiten von Bewegungen erklären können, Spielregeln wissen.	(AM) Senso-motorische Reproduktion: Vorgegebene Bewegung ausführen und Fremd- / Selbstinstruktionen (zB Bildreihen) beim Bewegungsklernen nutzen können.
(BK) Kognitiver Transfer: Wissen auf andere Situationen anwenden und in diesen Situationen erweitern können.	(BM) Senso-motorischer Transfer: Bewegungsmuster in neuen Situationen anwenden und entsprechend anpassen bzw. variieren können.
(CK) Kognitive Reflexion: Lern-, Übungs- und Trainingseffekte überprüfen können.	(CM) Senso-motorische Problemlösung: Die Qualität einer Bewegungsausführung spüren und sensorisches Feedback (kinästhetisch, taktil, akustisch und visuell) nutzen können.

6.1 SELBSTKOMPETENZ

(Sekundarstufe II)

Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport öffnet ein breites Feld zur Einbindung von Maßnahmen zur Förderung der Selbstkompetenz.

In der Oberstufe sollen die Schüler/innen vor allem die Auswirkungen von Bewegung und Sport auf das eigene Wohlbefinden und die eigene Gesundheit erkennen. Zudem sollen Entscheidungen für die eigenen Sinn- und Zielperspektiven des Sporttreibens getroffen werden. Schüler/innen sollen erkennen, welche Formen des Sporttreibens ihnen besonders entgegen kommen und welche für sie im Sinne einer aktiven und sportlichen Gestaltung ihres Lebens wichtig sind. Die Auseinandersetzung mit eigenem Verhalten und dem anderer in Bewegungs- und Sportsituationen und den damit verbundenen kognitiven und emotionalen Erfahrungen soll reflektiert werden.

Selbstkompetenzen sollen stets im Kontext des Erwerbes unterschiedlicher Fachkompetenzen erarbeitet werden. Im Unterricht sollen dazu einerseits Möglichkeiten geschaffen werden, die eine nachhaltige Auseinandersetzung mit den genannten Deskriptoren ermöglichen. Andererseits werden lernrelevante Situationen aber auch spontan entstehen. Diese sollen im Sinne dieser Kompetenzdimension bestmöglich aufgegriffen werden.

Die Schüler/innen erkennen die Bedeutung des Sporttreibens/Bewegens hinsichtlich des eigenen Wohlbefindens und der eigenen Gesundheit.

BEWEGUNGSVORLIEBEN: Der/die Schüler/in kann Bewegungsvorlieben in das eigene Lebenskonzept integrieren.

(BK) Kann Vorlieben für spezielle Bewegungshandlungen/Sportarten nennen und begründen
(CK) Kann die physischen und psychosozialen Wirkungen eigener Bewegungsvorlieben im Alltag überprüfen.

(z.B. „Für mich sind Ausdauersportarten gut geeignet“)

AUSWIRKUNGEN DES SPORTTREIBENS: Der/die Schüler/in erkennt die Wirkung des eigenen Sporttreibens/Bewegens hinsichtlich des eigenen Lebensstils, des Wohlbefindens/der Gesundheit.
(AK) Kann positive körperliche Auswirkungen der individuell bevorzugten Bewegungshandlungen/ Sportarten nennen (AK) Kann positive Auswirkungen der individuell bevorzugten Bewegungshandlungen/ Sportarten auf das psychische Wohlbefinden nennen (z.B. „Das Laufen stärkt mein Herz-/Kreislaufsystem, ich kann dadurch Stress besser bewältigen“)
Die Schüler/innen erkennen die Wirkung der sozialen Umgebung im Sporttreiben.
WIRKUNG EINER SOZIALEN EINHEIT: Der/die Schüler/in kann Aspekte des Gruppen-/Mannschafts-/Klassenklimas und dessen Wirkung auf den eigenen Lebensstil, das eigene Wohlbefinden beschreiben.
(BK) Kann Aspekte des Gruppen-, Mannschafts-, Klassenklimas beschreiben und dessen Wirkung auf sich selbst benennen (BK) Kann die Wirkung einer konkreten gelungenen/nicht gelungenen Situation/Zusammenarbeit in der Gruppe/Mannschaft/Klasse benennen (z.B. „Ich habe mich in der Gruppe wohlfühlt, weil meine Vorschläge gehört wurden“)
AUSWIRKUNGEN DES HANDELNS: Der/die Schüler/in kann die Wirkungen des eigenen und fremden Handelns in einer Gruppe/ Mannschaft/Klasse beschreiben.
(BK) Kann das eigene Handeln/ die eigene Position in der Gruppe beschreiben (CK) Kann die Auswirkungen des eigenen Handelns auf die Gruppe analysieren (BK) Kann das Handeln anderer sowie die Positionen der unterschiedlichen Gruppenmitglieder beschreiben (CK) Kann die Auswirkungen anderer Gruppenmitglieder auf die Gruppe beschreiben (z.B. Sieht die negative Wirkung, die die demotivierende Haltung einzelner Gruppenmitglieder auf die Gesamtgruppe hat)
Die Schüler/innen können die Auswirkungen eigener und fremder Emotionen auf das soziale Umfeld beschreiben.
EMOTIONEN WAHRNEHMEN: Der/die Schüler/in kann eigene und fremde Emotionen wahrnehmen.
(eigene Emotionen siehe Sekundarstufe I, Selbstkompetenz, eigene Emotionen) (BK) Kann die Wirkung von Emotionen anderer auf sich benennen. (z.B. „Wenn sie sich freut, färbt das richtig auf mich ab“; „wenn A aggressiv spielt, kann ich mich nicht konzentrieren“) (BK) Kann die Wirkung eigener Emotionen auf das eigene Handeln und das der Gruppe reflektieren (BK) Kann Strategien zur Emotionsregulation anwenden (CK) Kann Strategien zur Emotionsregulation auf ihre Wirkung prüfen (BK) Kann Stimmungen in der Klasse / Gruppe gezielt und konstruktiv beeinflussen (CK) Kann die Wirkung seiner/ihrer stimmungsbezogenen Einflussnahme auf die Klasse reflektieren

6.2 SOZIALKOMPETENZ

(Sekundarstufe II)

Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport bietet vielfältige Möglichkeiten zur Entwicklung der Sozialkompetenz. Diese ist dabei immer in enger Verbindung zur Selbstkompetenz zu sehen. Auf der Basis einer in der Unterstufe grundlegend entwickelten Sozialkompetenz sollen die Schüler/innen der Oberstufe vertiefende Fähigkeiten und Fertigkeiten erwerben. Sie sollen soziale Strukturen beschreiben und die Wirkung von Prozessen auf sich und andere verstehen. Um nachhaltige Effekte und stabile Veränderungen zu erzielen, sind die Schüler/innen in ihrer Sozialkompetenz vielfältig zu fordern, um konsequent und kontinuierlich an deren Entwicklung zu arbeiten. Spontane lernrelevante Situationen sollen aufgegriffen und bei Bedarf entsprechend thematisiert werden.

Die Schüler/innen können Formen des Feedbacks anwenden.

FEEDBACK: Der/die Schüler/in kann Feedback geben und Feedback annehmen.

(AK) Kann aufmerksam zuhören, beobachten und sich auf relevante Punkte konzentrieren (Was?)
 (AK) Kann Feedbackregeln einhalten (Wie?)
 (AK) Kann Feedback annehmen
(z.B. Positive Rückmeldungen zuerst, Kritikpunkte konstruktiv formulieren)

Die Schüler/innen können Gruppenstrukturen und Gruppendynamiken erkennen und verändern.

GRUPPENSTRUKTUREN: Der/die Schüler/in kann Gruppenstrukturen erkennen und verändern.

(AK) Kennt ein Modell, das Gruppenstrukturen beschreibt
 (BK) Kann Strukturen in der eigenen Sportgruppe erkennen und beschreiben
 (BK) Kann Vorschläge zur Veränderung von Gruppenstrukturen einbringen
(z.B. Andere Mannschaftszusammensetzung)

GRUPPENDYNAMIKEN: Der/die Schüler/in kann Gruppendynamiken erkennen und verändern.

(AK) Kennt ein Modell, das Gruppendynamik beschreibt
 (BK) Kann gruppendynamische Prozesse in der eigenen Sportgruppe erkennen und beschreiben
 (CK) Kann in gruppendynamische Prozesse aktiv eingreifen und die Wirkung prüfen
(z.B. Auswirkungen auf die Mannschaft bei Wendung eines Spielverlaufs)

Die Schüler/innen können unterschiedliche Rollen und Aufgaben übernehmen und reflektieren.

EIGENES ROLLENVERHALTEN: Der/die Schüler/in kann eine Rolle einnehmen und reflektieren.

(AK) Weiß, was Rollen sind
 (BK) Kann die eigene Rolle bewusst wahrnehmen und beschreiben
 (BK) Kann verschiedene Rollen einnehmen
 (BK) Kann die Auswirkungen des eigenen Rollenverhaltens beschreiben
(z.B. Teamleader)

FREMDES ROLLENVERHALTEN: Der/die Schüler/in kann andere Rollen beschreiben und kritisch reflektieren.

(AK) Kann das Rollenverhalten anderer beobachten und beschreiben
 (CK) Kann die Auswirkungen des Rollenverhaltens auf die Gruppe beschreiben und bewerten
(z.B. Sportverweigerer)

AUFGABEN- und FÜHRUNGSÜBERNAHME: Der/die Schüler/in kann Aufgaben und Leitung übernehmen.

(AK) Kennt die „grundsätzlichen“ Aufgaben im Unterricht

(AK) Versteht die „grundsätzlichen“ Aufgaben im Unterricht (z.B. Mitarbeit/Mithilfe)

(BK) Erkennt Aufgaben selbstständig

(BM) Kann die Aufgaben eigenständig erfüllen

(BK) Kann Gruppen vor dem Hintergrund eines Zieles und einer Aufgabenstellung leiten

(CK) Kann seine/ihre Art und Weise zu leiten, reflektieren

(CK) Kann die Wirkungen des eigenen Leitungsverhaltens auf die Gruppe wahrnehmen und beschreiben.

6.3 METHODENKOMPETENZ

(Sekundarstufe II)

In der Sekundarstufe II sind Kompetenzen im Methodenbereich dahingehend weiter zu entwickeln, dass die Schülerinnen und Schüler möglichst selbstständig Sport betreiben, sich in Sportarten/Bewegungshandlungen zu verbessern bzw. neue Sportarten erlernen können. Besonders zu berücksichtigen sind dabei die Gesundheitsorientierung sowie sicherheitsrelevante Aspekte. Methodenkompetenzen sollen stets im Kontext des Erwerbes unterschiedlicher Fachkompetenzen erarbeitet werden.
Die Schüler/innen können unterschiedliche Bewegungshandlungen/Sportarten gesundheitsorientiert durchführen.
GESUNDHEITSORIENTIERTES AUFWÄRMEN: Der/die Schüler/in kann ein Aufwärmen selbstständig gestalten.
(CW) Kann ein allgemeines Aufwärmen selbstständig gestalten (Gesamtkörperaktivierung) (CW) Kann ein sportartspezifisches Aufwärmen selbstständig gestalten
GESUNDHEITSORIENTIERTES BEWEGEN: Der/die Schüler/in kann unterschiedliche Bewegungshandlungen (Sportarten/Trainingsmethoden/Übungen) hinsichtlich ihrer Gesundheitsrelevanz bzw. Gesundheitsgefährdung beurteilen.
(AK) Kann erklären, welche Auswirkungen die Bewegungshandlung auf die Gesundheit hat (AK) Kann erklären, wie eine bestimmte Bewegungshandlung gesundheitsorientiert ausgeführt werden muss (AK) Kann beurteilen, ab wann eine bestimmte Bewegungshandlung der Gesundheit schadet (z.B. <i>Richtige Haltung beim Liegestütz und mögliche Folgen einer Hohlkreuzhaltung</i>)
Die Schüler/innen können Wettkämpfe und Spiele organisieren.
WETTKÄMPFE: Der/ die Schüler/in kann Aufgaben in Einzel- und Gruppenwettkämpfen übernehmen.
(BK) Kann geeignete Wettkampf- und/oder Turnierformen finden und auswählen (BK) Kann Aufgaben in der Mannschaftsführung (Coaching) übernehmen (BK) Kann selbstständig Teile eines Wettkampfes als Kampfrichter betreuen
SPIELE: Der/die Schüler/in kann Aufgaben in der Spielleitung und Spielorganisation übernehmen.
(BK) Kann ein Spiel hinsichtlich Spielidee und/oder Regelwerk verändern (Mannschaftszusammenstellung, Spielfeld, Spielmaterialien) (BK) Kann Aufgaben in der Mannschaftsführung (Coaching) übernehmen (BK) Kann ein Spiel (kleines Spiel/Sportspiel) als Schiedsrichter/in leiten
Die Schüler/innen können Bewegungen erklären und bewerten.
TECHNIKEN: Der/ die Schüler/in kann die Funktion von Technikmerkmalen erklären und Korrekturen anbieten.
(AK) Kann wesentliche Technikmerkmale sportlicher Bewegungen hinsichtlich der Funktion erklären und bewerten (BK) Kann Hinweise für Bewegungskorrekturen geben (z.B. <i>Impulsübertragung bei der Wurfbewegung</i>)

OFFENE BEWEGUNGSFORMEN: Der/ die Schüler/in kann Qualitätskriterien für offene Bewegungsformen finden und danach bewerten.
(BK) Kann geeignete Qualitätskriterien finden (BK) Kann offene Bewegungsformen nach Qualitätskriterien bewerten (Bewegungsfluss, -genauigkeit, -dynamik, -rhythmus) (z.B. Choreographie beim Tanz)
Die Schüler/innen können motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten selbstständig verbessern.
VERBESSERUNG SPORTART: Der/die Schüler/in kann Methoden zur Verbesserung sportartspezifischer Fertigkeiten und Fähigkeiten anwenden.
(BK) Kann methodische Grundsätze (z.B. vom Einfachen zum Schweren) anwenden (AK) Kann Vorübungen bzw. Übungsreihen beschreiben (BK) Kann Übungen individuell auswählen und durchführen (z.B. Wurfübungen für den Sprungwurf im Handball)
ALLGEMEINE KÖRPERAUSBILDUNG: Der/die Schüler/in kann unterschiedliche Methoden zur Verbesserung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten anwenden.
(BK) Kann Methoden zur Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten auswählen und anwenden (BK) Kann Methoden zur Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten auswählen und anwenden (z.B. Übungsformen zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit)
Die Schüler/innen können Unterrichtsthemen planen und (mit)gestalten.
INHALTE: Der/ die Schüler/in kann sportliche Inhalte planen und im Klassenverband vermitteln.
(BK) Kann Informationen zu sportbezogenen Inhalten (Sportarten, Bewegungsthemen) selbstständig recherchieren und aufbereiten (BK) Kann sportbezogene Inhalte präsentieren und vermitteln (z.B. Sportart: Badminton, Bewegungsthemen: gesunder Rücken)
ZIELE: Der/die Schüler/in kann eigenständig Ziele planen und vorbereiten.
(BK) Kann individuelle Ziele festlegen (BK) Kann Ziele im Unterricht und in der Freizeit konsequent verfolgen (CK) Kann die Zielerreichung überprüfen (z.B. Verbesserung Kraft)
Die Schüler/innen können sportliche Handlungen sicher durchführen.
GEFAHREN: Der/die Schüler/in kann Gefahrenquellen nennen und Sicherheitsmaßnahmen treffen.
(AK) Kann sicherheitsbezogene Normen und Regeln einhalten (AK) Kann Gefahrenquellen erkennen und begründen (BK) Kann Sicherheitsrisiken einschätzen (BK) Kann geeignete Sicherheitsmaßnahmen treffen (z.B. Sicherheitsabstände in der Kletterhalle)

6.4 FACHKOMPETENZ

(Sekundarstufe II)

Der Bereich der Fachkompetenz wird aufgrund der vielfältigen Entwicklungsmöglichkeiten in den unterschiedlichen Sportarten/ Bewegungshandlungsfeldern in unterschiedliche Kompetenzbereiche aufgegliedert dargestellt. Das Thema *Gesundheit* ist aufgrund seiner Wichtigkeit in der Fachkompetenz extra ausgewiesen.

Fachkompetenzbereiche:

- Motorische Fähigkeiten
- Gesundheit
- Turnen
- Leichtathletik
- Schwimmen
- Sportspiele
- Gymnastik, Akrobatik, Tanz
- Roll- und Gleitsportarten
- Weitere Bewegungsfelder und Sportarten

Im Bereich Fachkompetenz der Sekundarstufe II geht es unter Beibehaltung eines Mindestmaßes an vielseitiger Ausbildung stärker um Schwerpunktsetzungen. Dabei sollen die Neigungen und Interessen der Schüler/innen, das außerschulische Bewegungs- und Sportverhalten sowie insbesondere das Hinführen zu einem lebenslangen Sporttreiben im Vordergrund stehen. Konkrete Hinweise bezüglich Wahlmöglichkeit sind in den Einleitungen zu den jeweiligen Fachkompetenzbereichen angeführt.

6.4.1 Motorische Fähigkeiten

Informationen für die Durchführung der entsprechenden Tests finden Sie in Kapitel 8.1 (Evaluierung).

Die Tabelle zeigt die Normwerte für die einzelnen Niveaustufen der Sekundarstufe II (11./12. Schulstufe). Dabei entspricht A einem ausgezeichneten Zustand, B dem Durchschnitt und C dem Mindeststandard. Unterhalb dieses Wertes sind Maßnahmen für eine gezielte Förderung unerlässlich.

Niveau	Hürden-Bumerang (Sek.)		Stand-Weit-Sprung (cm)		Sechs-Minuten-Lauf (m)	
	Knaben	Mädchen	Knaben	Mädchen	Knaben	Mädchen
A	11,0	13,0	225	200	1.600	1.400
B	13,0	16,0	200	175	1.400	1.200
C	15,5	19,0	175	150	1.150	1.000

6.4.2 Gesundheit

In der Sekundarstufe II ist die Entwicklung einer gesundheitsorientierten Lebenseinstellung sowie das Hinführen zu einem gesundheitsorientierten Lebensstil ein wichtiges Ziel. Gesundheitsorientierung soll jedoch nicht isoliert in einzelnen Deskriptoren gesehen, sondern als wesentliche Ausrichtung bei allen sportlichen Handlungen berücksichtigt werden.
Die Schüler/innen kennen anatomische und physiologische Grundlagen des Körpers und können dieses Wissen anwenden.
MUSKULATUR: Der/die Schüler/in kann Übungen zuordnen und korrekt durchführen.
(AK) Kann bekannte und neue Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Hauptmuskelgruppen zuordnen (BK) Kann neue Übungen selbstständig recherchieren (AM) Kann diese Übungen korrekt durchführen (AK) Kann begründen, weshalb Dehnung und Kräftigung der Muskulatur wichtig ist (z.B. <i>Bauchmuskel nach Lage und Funktion beschreiben und geeignete Übungen zur Kräftigung vorgeben und begründen</i>)
KÖRPERHALTUNG: Der/die Schüler/in kann Haltungsschwächen entgegenwirken.
(AK) Kann Erscheinungsbild, Ursachen und Auswirkungen einer schlechten Körperhaltung begründen (AK) Kann Kräftigungs- und Dehnungsübungen zur gezielten Prävention von Haltungsschwächen beschreiben (AM) Kann diese Übungen korrekt durchführen (z.B. <i>Übungen zur Prävention eines Rundrückens</i>)
ENTSPANNUNGSTECHNIKEN: Der/die Schüler/in kann Entspannungstechniken durchführen.
(AK) Kann die Ursachen und Folgen von Verspannungen erklären (AK) Kann Methoden und Techniken zur Entspannung (z.B. Atemübungen, progressive Muskelentspannung) beschreiben und begründen (AM) Kann Übungen zur Entspannung für konkrete Problembereiche richtig ausführen (z.B. <i>Übungen für Verspannungen im Nacken</i>)
HERZ/KREISLAUF: Der/die Schüler/in kann Zusammenhänge von Belastung und Kreislaufsystem erklären.
(AK) Kann Pulswerte (Ruhe-, Maximalpuls) und deren Messung erklären (CK) Kann die Dosierung von Belastungen (Dauer, Intensität) überprüfen und steuern (z.B. <i>Übungsauswahl und Belastung bei einem Zirkeltraining</i>)
Die Schüler/innen können das eigene Bewegungsverhalten beurteilen und verändern.
BEWEGUNGSVERHALTEN: Der/die Schüler/in kann das eigene Bewegungsverhalten hinsichtlich einer gesunden Lebensführung beurteilen und gestalten.
(AK) Kann Gründe für eine gesunde Lebensführung anführen (CK) Kann das eigene Bewegungsverhalten dokumentieren und beurteilen (CM) Kann Änderungen des eigenen Bewegungsverhaltens langfristig planen und umsetzen (z.B. <i>Bewegungstagebuch</i>)

6.4.3 Turnen

Basis für die Gestaltung des Unterrichts in Boden- und Gerätturnen ist die grundlegende Ausbildung in dieser Sportart in der Sekundarstufe I.

Es sind drei Elemente am Boden und an einem der drei Geräte (Burschen: Barren, Kasten oder Pferd, Reck; Mädchen: Schwebebalken, Kasten, Stufenbarren) zu erarbeiten. Die Deskriptoren des Fachkompetenzbereiches Gerätturnen sind am Turn-10-Programm orientiert.

In der Sekundarstufe II soll dem Erwerb von lernrelevantem Wissen sowie von Aspekten des Helfens und Sicherens mehr Gewichtung zugeschrieben werden als dem Neuerwerb von noch unbekannten Elementen des Boden- und Gerätturnens.

Der Boden ist verpflichtend, von den übrigen Geräten soll zumindest eines gewählt werden.

→ Deskriptoren zur Akrobatik sind im Bewegungsfeld Gymnastik und Tanz integriert.

Die Schüler/innen können Fertigkeiten des Boden- und Gerätturnens.

BODEN

Der/die Schüler/in beherrscht Fertigkeiten des Bodenturnens.

(AK) Kann drei Elemente (Übungen) erklären

(AM) Kann eine Übungsverbindung mit drei Elementen aus dem Turn-10-Programm flüssig turnen

(CK) Kann die beobachtete Übungsverbindung eines/einer Partners/Partnerin bewerten

BARREN, KASTEN ODER PFERD, RECK (Burschen)

STUFENBARREN, KASTEN, SCHWEBEBALKEN (Mädchen)

Der/die Schüler/in beherrscht Fertigkeiten des Gerätturnens.

(AK) Kann drei Elemente (Übungen) erklären

(AM) Kann mindestens an einem Gerät eine Bewegungsverbindung mit drei Elementen aus dem Turn-10-Programm turnen

(CK) Kann die beobachtete Übungsverbindung eines/einer Partners/Partnerin bewerten

6.4.4 Leichtathletik

Basis für die Gestaltung des Unterrichts in Leichtathletik ist die grundlegende Ausbildung in der Sekundarstufe I.

In der Sekundarstufe II hat vor allem die Erarbeitung von Wissen über das Bewegungslernen in der Leichtathletik einen hohen Stellenwert.

Es ist eine Disziplin (z.B. Sprint) in jeder Kategorie (Laufen, Springen, Werfen oder Stoßen) zu erarbeiten.

Die Schüler/innen können leichtathletische Bewegungsformen ausüben.

LAUFEN

SPRINT: Der/die Schüler/in kann im Tiefstart starten und mit hoher Schrittfrequenz laufen.

(AK) Kann den Tiefstart erklären

(AM) Kann den Tiefstart vorzeigen

(AK) Kann die Kennzeichen einer guten Sprintbewegung erklären

(AM) Kann eine gute Sprintbewegung vorzeigen

(BM) Kann in einem Sprintbewerb (Richtwert 100m) die optimale Leistung erbringen

DAUERLAUF: Der/die Schüler/in kann ausdauernd laufen.

(AK) Kann die Faktoren einer guten Ausdauerleistung erklären

(AM) Kann über eine längere Distanz (Richtwert 30 Minuten) gleichmäßig laufen

(BM) Kann in einem Wettkampf über eine längere Distanz die optimale Leistung erbringen

SPRINGEN

WEITSPRUNG: Der/die Schüler/in kann einen Weitsprung ausführen.

(AK) Kann die Merkmale einer Weitsprungtechnik erklären

(AM) Kann eine gute Weitsprungtechnik vorzeigen

(BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Weite erzielen

HOCHSPRUNG: Der/die Schüler/in kann einen Hochsprung ausführen.

(AK) Kann die Merkmale einer guten Hochsprungtechnik erklären

(AM) Kann eine gute Hochsprungtechnik vorzeigen

(BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Höhe erzielen

WERFEN / STOSSEN

WERFEN: Der/die Schüler/in kann eine Wurfbewegung ausführen.

(AK) Kann die Merkmale einer guten Wurftechnik erklären

(AM) Kann eine gute Wurftechnik vorzeigen

(BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Weite erzielen

STOSSEN: Der/die Schüler/in kann eine Stoßbewegung ausführen.

(AK) Kann die Merkmale einer guten Kugelstoßtechnik erklären

(AM) Kann eine gute Kugelstoßtechnik vorzeigen

(BM) Kann in einem Wettkampf die optimale Weite erzielen

6.4.5 Schwimmen

Aufbauend auf den schwimmspezifischen Fähigkeiten und Fertigkeiten der Sekundarstufe I ist einer der folgenden Bereiche im Sinne einer <i>Schwerpunktbildung</i> umzusetzen: - Bewegen im Wasser unter dem Aspekt der Sicherheit - Bewegen im Wasser unter den Aspekten Wohlbefinden und Gesundheit - Bewegen im Wasser unter den Aspekten Spielen und Gestalten Die Deskriptoren des Bereiches Bewegen im Wasser unter dem Aspekt der Sicherheit entsprechen den Anforderungen des Helferscheins der österreichischen Schwimtabzeichen.
Die Schüler/innen können sich sicher in unterschiedlichen Bewegungsformen im Wasser bewegen.
BEWEGEN IM WASSER UNTER DEM ASPEKT DER SICHERHEIT
ERSTE HILFE: Der/die Schüler/in kann zu einer Erste-Hilfe-Leistung bei Wasserunfällen wesentlich beitragen.
(BM) Kann Rettungsgeräte richtig handhaben (AK) Kann das Verhalten in Notfallsituationen erklären (AM) Kann eine Wiederbelebung praktisch zeigen
SELBSTRETTUNG: Der/die Schüler/in kann Möglichkeiten der Selbstrettung nennen und zeigen.
(AK) Kann Grundsätze für eine Selbstrettung beschreiben (BM) Kann Selbstrettung anwenden (AM) Kann über eine mittlere Distanz gleichmäßig schwimmen (Richtwert 15 min, davon 5 min in Rückenlage ohne Armtätigkeit) (AM) Kann in Überkleidern schwimmen (Richtwert 100 m)
FREMDRETTUNG: Der/die Schüler/in kann eine gleich schwere Person retten, transportieren und bergen.
(AK) Kann Befreiungsgriffe beschreiben (AM) Kann Befreiungsgriffe am Land und im Wasser vorzeigen (AM) Kann eine gleich schwere Person über eine bestimmte Strecke transportieren (Richtwert 50 m) (AM) Kann Berggriffe richtig vorzeigen
TAUCHEN: Der/die Schüler/in kann im Wasser in die Tiefe abtauchen und bestimmte Strecken tauchen.
(AM) Kann eine bestimmte Strecke tauchen (Richtwert 15 m) (AM) Kann in die Tiefe abtauchen und einen Gegenstand herausholen (Richtwert: 2 mal innerhalb 5 min; Tiefe 2 bis 3 m, Gewicht 2,5 kg) (AM) Kann 3 Ringe bei einem Tauchversuch heraufholen (Richtwert: 2-3m Tiefe, 10m² Fläche)
SPRINGEN: Der/die Schüler/in kann mit einem Paketsprung ins Wasser springen.
(AM) Kann einen Paketsprung aus 2-3 m Höhe ausführen (AK) Kann Gründe für die Ausführung des Paketsprungs bei Rettungseinsätzen nennen
BEWEGEN IM WASSER UNTER DEN ASPEKTEN WOHLBEFINDEN UND GESUNDHEIT
Der/die Schüler/in kann die Wirkung des Wassers hinsichtlich Wohlbefinden und Gesundheit (Regeneration) erkennen.
(AK) Kann Anwendungsbereiche von Bewegungsangeboten/-therapien nennen (z.B. Ausstattung und Angebote einer entsprechenden Einrichtung) (AK) Kann die Wirkung von Wasser auf den eigenen Körper beurteilen (z.B. Aquaaerobic, Aquajogging)

BEWEGEN IM WASSER UNTER DEN ASPEKTEN SPIELEN UND GESTALTEN
Der/die Schüler/in kann an unterschiedlichen Spielformen im Wasser teilnehmen.
(AK) Kann Spiele im Wasser spielen (BK) Kann sich in das Anpassen von Regeln bei Spielen im Wasser einbringen (z.B. <i>Wasser-Handball, Wasserrugby</i>)
Der/die Schüler/in kann sich kreativ im Wasser bewegen.
(AM) Kann verschiedene Sprünge ausführen (BM) Kann sich in gestalterische Bewegungsformen im Wasser einbringen (z.B. <i>Synchronschwimmen</i>)

6.4.6 Sportspiele

Basis für die Weiterentwicklung von Spielkompetenz sind die in der Sekundarstufe I erarbeiteten grundlegenden Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Sportspielen. In der Sekundarstufe II sollen mindestens zwei der drei Sportspiele Basketball, Handball und Fußball sowie eines der beiden Rückschlagspiele Badminton bzw. Volleyball vertiefend erarbeitet werden. Statt Badminton kann auch ein anderes Rückschlagsspiel gewählt werden (Tischtennis, Tennis, Squash). Zusätzlich zu den *traditionellen Sportspielen* soll ein Spiel aus dem Bereich *Trendspiele/Spiele aus anderen Kulturen* erarbeitet werden (z.B. Ultimate, Baseball, Flag-Football, Beach-Volleyball)

Wahl von zwei Spielen aus dem Bereich Basketball, Fußball, Handball, Wahl eines Spiels der Gruppe Badminton, Volleyball und mindestens ein Trendspiel/Spiel aus einer anderen Kultur.

Die Schüler/innen können an Sportspielen/Rückschlagspielen erfolgreich teilnehmen.

SPORTSPIELE (Basketball, Fußball, Handball)

TECHNIK: Der/die Schüler/in beherrscht die Technikbereiche Fortbewegung mit dem Ball, Pass/Annahme und Angriffsabschluss.

(BM) Kann die spezifischen Formen des Zuspiels und der Ballannahme im Spiel anwenden

(BM) Kann sich im Spiel gewandt mit dem Ball fortbewegen (Dribbling)

(BM) Kann mindestens zwei unterschiedliche Formen des Torschusses /Tor- bzw. Korbwurfes im Spiel zeigen

(CK) Kann die Bewegungsausführungen eines/einer Partners/Partnerin beurteilen

TAKTIK: Der/die Schüler/in beherrscht jeweils eine Angriffs- und eine Verteidigungstaktik.

(AK) Kann einzel- und gruppentaktische Anforderungen erklären (z.B. Freilaufen und Anbieten, Finten, Raum- und Manndeckung)

(BM) Kann einzel- und gruppentaktische Anforderungen erfüllen (z.B. Freilaufen und Anbieten, Finten, Raum- und Manndeckung)

REGELN: Der/die Schüler/in kann Sportspiele leiten.

(AK) Kann die Regeln erklären

(BK) Kann die Regeln einhalten

(BK) Kann die Sportspiele leiten (Regelverstöße erkennen und ahnden)

RÜCKSCHLAGSPIELE (Badminton, Volleyball)

TECHNIK: Der/die Schüler/in beherrscht Service, Abwehr- und Angriffstechniken.

(AK) Kann zwei Formen des Service erklären

(BM) Kann zwei Formen des Service im Spiel anwenden

(AK) Kann Annahmetechnik bzw. Abwehr- und Angriffsschläge erklären

(BM) Kann Annahmetechnik bzw. Abwehr- und Angriffsschläge im Spiel anwenden

(CK) Kann die Bewegungsausführungen eines/einer Partners/Partnerin beurteilen

TAKTIK: Der/die Schüler/in beherrscht Angriffs- und Verteidigungstaktiken.

(BM) Kann sich im Spiel richtig positionieren

(BM) Kann beim Angriff im Spiel den Ball platziert schlagen

REGELN: Der/die Schüler/in kann Rückschlagspiele leiten.

(AK) Kann die Regeln erklären

(BK) Kann die Regeln einhalten

(BK) Kann die Rückschlagspiele leiten (Regelverstöße erkennen und ahnden)

TRENDSPIELE/ SPIELE AUS ANDEREN KULTUREN
Der/die Schüler/in kann die Spielidee umsetzen.
(AK) Kann die zentrale Idee des Spiels erklären (AK) Kann die grundlegenden Regeln erklären (BK) Kann die Regeln einhalten (BK) Kann das Spiel leiten
Der/die Schüler/in beherrscht die technischen Anforderungen des Spiels.
(AK) Kann die spielspezifischen Techniken erklären (BM) Kann die spielspezifischen Techniken anwenden
Der/die Schüler/in beherrscht die taktischen Anforderungen des Spiels.
(AK) Kann die spielspezifischen Taktiken erklären (BM) Kann die spielspezifischen Taktiken anwenden
REGELN: Der/die Schüler/in kann Sportspiele leiten.
(AK) Kann die Regeln erklären (BK) Kann die Regeln einhalten (BK) Kann die Sportspiele leiten (Regelverstöße erkennen und ahnden)

6.4.7 Gymnastik, Akrobatik, Tanz

Im Fachkompetenzbereich Gymnastik, Akrobatik und Tanz soll vor allem auf die Neigungen und Interessen der Schüler/innen eingegangen werden. Dabei sind neben den entsprechenden motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten auch kreative Aspekte angesprochen. Im Unterricht soll die Möglichkeit geschaffen werden, selbstständig an Bewegungsformen zu arbeiten bzw. zu experimentieren. *Aus den beiden Bereichen soll zumindest einer gewählt werden.*

→ Motorische Grundlagen für Akrobatik werden vorrangig im Handlungsfeld Turnen geschaffen.

Die Schüler/innen können tänzerische, gymnastische und akrobatische Bewegungsformen umsetzen.

GYMNASTIK, TANZ UND BEWEGUNGSKÜNSTE

RHYTHMUS UND MUSIK: Der/die Schüler/in kann Rhythmen unterschiedlicher Musikarten erkennen und dazu passend eigene Bewegungsformen ausführen.

(AK) Kann unterschiedliche Rhythmen und Musikarten erkennen

(BM) Kann vorgegebene Gymnastik- und Tanzbewegungen passend (z.B. Schritte, Drehungen) zu Rhythmen ausführen

(z.B. Hip-Hop, Jazz)

BEWEGUNGSQUALITÄT: Der/die Schüler/in kann Bewegungsverbindungen mit unterschiedlichen Qualitäten erstellen.

(AM) Kann eigene Bewegungsformen zu selbst gewählter Musik finden

(BM) Kann diese als Verbindung ausführen

(BK) Kann sich in der Gruppe bei der Erarbeitung einer Bewegungsverbindung mit Musik einbringen

CHOREOGRAPHIE: Der/die Schüler/in kann Choreographien erfinden und präsentieren.

(BK) Kann sich in der Gruppe bei der Erarbeitung einer Choreographie (Anfangs-, Haupt- und Schlussteil) einbringen

(BM) Kann die Choreographien vor Publikum präsentieren

(CK) Kann die Qualität einer Choreographie bewerten

(z.B. Choreographie zu Hip-Hop)

JONGLIEREN / AKROBATIK: Der/die Schüler/in kann Bewegungsformen des Jonglierens und der Akrobatik.

(AK) Kann Bewegungsformen des Jonglierens und der Akrobatik beschreiben

(BM) Kann eine Jonglage selbstständig oder in der Gruppe erarbeiten

(BM) Kann eine Jonglage selbstständig oder in der Gruppe vorzeigen

(BK) Kann sich beim Erarbeiten einer Akrobatik in der Gruppe und bei der Präsentation einbringen

(CK) Kann die Qualität einer Jonglage/Akrobatik bewerten

PANTOMIME: Der/die Schüler/in kann sich pantomimisch ausdrücken.

(AK) Kann die Grundsätze der Pantomime erklären

(BM) Kann eine Pantomime selbstständig und/oder in der Gruppe erarbeiten

(BM) Kann die Pantomime präsentieren

(CK) Kann die Qualität einer Pantomime bewerten

6.4.8 Roll- und Gleitsportarten

Bei der Vertiefung einer Sportart sollen die bestehenden Techniken verbessert und/oder neue Bewegungsformen erschlossen werden (z.B. zweite Technik im Langlauf). Darüber hinaus sollen Möglichkeiten der Integration in den Alltag aufgezeigt werden. <i>Aus den beiden Sportartengruppen ist mindestens eine neu zu erarbeiten bzw. zu vertiefen.</i>
Die Schüler/innen können sich mit rollenden und gleitenden Sportgeräten sicher fortbewegen.
ROLLENDE GERÄTE
Der/die Schüler/in kann sich mit einem rollenden Sportgerät (z.B. Fahrrad, Inline-Skates, Skateboard) sicher fortbewegen.
(BM) Kann sich auf dem jeweiligen Gerät mit guter Technik und sicher bewegen (BK) Kann eigene Ideen für die Gestaltung der Sportart (Spiele, Wettbewerbe, Radtour,...) einbringen und umsetzen (z.B. Mitwirkung an der Planung einer Radtour)
GLEITENDE GERÄTE
Der/die Schüler/in kann sich mit einem gleitenden Sportgerät (Alpinski, Snowboard oder Eislaufschuhen) sicher fortbewegen.
(BM) Kann sich auf dem jeweiligen Gerät mit guter Technik und sicher bewegen (BK) Kann eigene Ideen für die Gestaltung der Sportart (Spiele, Skitag, ...) einbringen und umsetzen

6.4.9 Weitere Bewegungsfelder und Sportarten

Im Laufe der Sekundarstufe II sollen <i>mindestens zwei weitere Bewegungsfelder oder Trendsportarten</i> mit den Schüler/innen erarbeitet werden. Dabei ist besonders auf die Schülerwünsche bzw. auf das außerschulische Sportangebot im Umfeld der Schule einzugehen. Wesentlich in diesem Bereich ist nicht nur die motorische Ausführung der jeweiligen Sportart, sondern auch die Auseinandersetzung mit der Sportart hinsichtlich der eigenen Bewegungsvorlieben bzw. der gesundheits- und sicherheitsrelevanten Aspekte.
WEITERE BEWEGUNGSFELDER UND SPORTARTEN
Der/die Schüler/in kann Fitnesstrends, Lifetime- und Trendsportarten bewerten und ausüben.
(BM) Kann ausgewählte Fitnesstrends / Trendsportarten / Lifetimesportarten richtig und sicher durchführen (CK) Kann Sportmöglichkeiten / Sportangebote / Sportstätten im eigenen Umfeld beurteilen (CK) Kann Fitnesstrends / Trendsportarten / Lifetimesportarten hinsichtlich der Eignung für seinen/ihren Lebensstil bewerten

7 Kompetenzorientiert unterrichten

Im Mittelpunkt des kompetenzorientierten Unterrichts stehen die Schüler/innen. Diese Form der Orientierung beginnt beim Planen und Vorbereiten durch das Erkennen und Bewusstmachen des jeweiligen Lernstands. Kompetenzorientierung zeigt sich weiter bei der Umsetzung durch Unterrichtsmethoden, die in Abhängigkeit von den jeweiligen Bildungs- und Erziehungszielen neben angeleitetem eben auch selbstständiges Lernen ermöglichen. Die Evaluierung muss schließlich so angelegt sein, dass die Lernfortschritte jeder Schülerin und jedes Schülers für diese/n selbst klar erkennbar werden.

Daraus folgt, dass die lang-, mittel- und kurzfristige Unterrichtsplanung für die Qualitätssicherung des Unterrichts und für die Kompetenzentwicklung der Lernenden wichtige Faktoren sind. Im Blick auf das Gesamtsystem Schule und den Sportunterricht geht es aber auch darum, erfolgreiches Lernen gegenüber Außenstehenden entsprechend zu belegen. Nur wenn das ausreichend gelingt, kann die Stellung des Faches überdauernd gesichert werden.

7.1 Langfristige Unterrichtsplanung

Im Hinblick auf die vorgegebene Orientierung an den Lernergebnissen (Outcome) am Ende der Sekundarstufe I (8. Schulstufe) und der Sekundarstufe II (11. beziehungsweise 12. Schulstufe) kommt der MEHRJAHRES- und JAHRESPLANUNG eine wichtige Funktion zu. Entsprechend sollen im Sinne einer formativen Evaluierung die Kompetenzen laufend überprüft werden. In der 8. und 11./12. Schulstufe findet im Sinne einer summativen Evaluierung die Bewertung des Gesamterfolges des Unterrichts statt. Die laufende Kompetenzprüfung soll mehrere Funktionen erfüllen:



L: „Eine Qualitätsverbesserung ist es auf jeden Fall, weil ich eine klare Jahresplanung brauche und mich intensiver mit meinen Stundenplanungen auseinandersetzen muss.“

- (1) Die Schüler/innen sollen ihre Kompetenz der Selbstevaluierung (CK und CM) entwickeln und
- (2) kurzfristige Rückmeldungen über das Erreichen von Zielen erhalten.
- (3) Die Lehrkräfte erhalten Rückmeldung über die Effektivität des Unterrichts.
- (4) Die Schulen erhalten ein Bild, die Wirkung des Unterrichtsfaches Bewegung und Sport betreffend.
- (5) Ein weiterer Effekt dieser Vorgangsweise liegt darin, dass beim Klassenwechsel einer Schülerin oder eines Schülers beziehungsweise bei einem Lehrerwechsel die jeweilige Ausprägung an Kompetenzen dokumentiert ist.

7.2 Mittelfristige Unterrichtsplanung

Auf der Ebene mittelfristiger Unterrichtsplanung (Abbildung 2) werden gemäß Rückmeldungen der Lehrkräfte ERARBEITUNGSPHASEN (EP) in der Dauer zwischen zwei und vier Wochen vorgeschlagen. Die Länge ist vom Thema, den jeweiligen Voraussetzungen und Zielen, den Rahmenbedingungen und der Gesamtstundenzahl abhängig. Noch längere Phasen sind möglich, allerdings hat sich in der Praxis gezeigt, dass die Aufrechterhaltung der Motivation zunehmend schwierig wird. Pro Erarbeitungsphase wird als Richtwert die Konzentration auf ein bis drei Deskriptoren empfohlen.

Bei derartigen Schwerpunktbildungen ist allerdings zu beachten, dass die überwiegende Zahl an Kompetenzen nur langfristig entwickelt werden kann. Das gilt insbesondere für den Bereich der motorischen Grundlagen (konditionelle und koordinative Fähigkeiten) als wichtiger Teil der Fachkompetenz. Schwerpunktsetzungen über mittlere Zeiträume sind auch hier zielführend, darüber hinaus sollen aber einzelne Elemente gezielt in jeder Sportstunde systematisch eingebaut werden.

Die folgende Darstellung soll exemplarisch zur Veranschaulichung der vorgeschlagenen Planungsmaßnahmen und –schritte dienen. Das Beispiel könnte Ergebnis der Überlegungen für eine Klasse in der Sekundarstufe I (Hauptschule, Neue Mittelschule, AHS-Unterstufe) sein. Es wird dabei von tatsächlich sechsunddreißig Schulwochen (SW) ausgegangen.

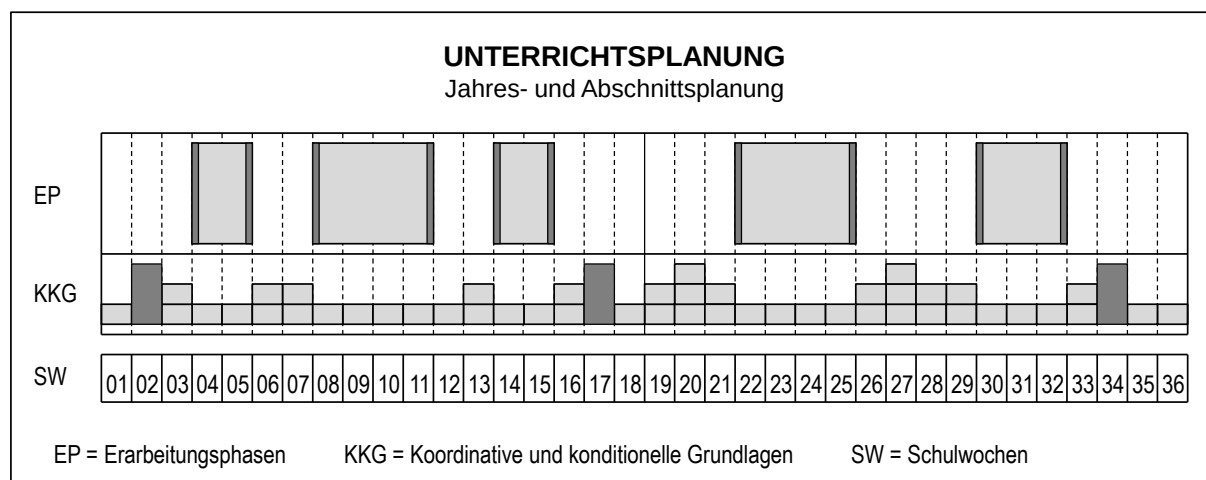


Abbildung 2: Beispiel einer Unterrichtsplanung strukturiert nach Erarbeitungsphasen sowie die Ausbildung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten. Die Tests dazu sind mit dunkelgrauen Balken gekennzeichnet.

Die Arbeit an der Verbesserung der KOORDINATIVEN UND KONDITIONELLEN GRUNDLAGEN (KKG) zieht sich phasenweise stärkerer und schwächerer Akzentuierung durch das gesamte Schuljahr. Am Beginn, in der Mitte und am Ende eines Unterrichtsjahres sollen aber auf jeden Fall jene Deskriptoren mittels motorischer Tests (dunkelgraue Balken) überprüft werden, die für diesen Bereich im Kapitel 8 (Evaluierung) vorgeschlagen werden. Auf diese Weise wird erkennbar, welches

Niveau jeweils erreicht wurde und ob beziehungsweise welche Anpassungen in der Planung vorgenommen werden müssen.

Das Vermitteln von sport(art)spezifischen Fertigkeiten mit dem entsprechenden Wissen (Fachkompetenz) auf der einen und die Entwicklung von Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenzen auf der anderen Seite erfordern ebenfalls ein kontinuierliches Erarbeiten. Allerdings bilden diesbezügliche Erarbeitungsphasen (EP) mit stärkerer Konzentration auf die jeweiligen Themen mit den entsprechenden Deskriptoren eine passende Form der Planung und unterrichtlichen Umsetzung. Darüber hinaus bleibt in den mehrwöchigen Zwischenphasen ausreichend Zeit, den Unterricht freier zu gestalten und stärker die Neigungen und Interessen der Schülerinnen und Schüler zu berücksichtigen. Auf jeden Fall ist aber in der SEKUNDARSTUFE I eine vielseitige Ausbildung als FUNDAMENT für die weitere unterrichtliche Arbeit in der Sekundarstufe II zu gewährleisten.

In der SEKUNDARSTUFE II ist die Anzahl der vorgegebenen Gesamtstunden in der Regel niedriger. Die Bildungs- und Erziehungsziele unterscheiden sich gemäß dem gültigen Fachlehrplan für Bewegung und Sport ebenfalls. Dennoch geht es auch hier um das Setzen von Mindestreizen zur Erhaltung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten. Aufgrund der geringeren Unterrichtszeit wird die Planung von nur zwei bis drei Erarbeitungsphasen vorgeschlagen. Außerdem sollen dabei inhaltlich stärker die NEIGUNGEN UND INTERESSEN der Schülerinnen und Schüler berücksichtigt werden. Zentrale Aufgabe des Unterrichts in Bewegung und Sport in dieser Altersstufe ist die Erarbeitung jener Kompetenzen, die für selbstgeleitetes Sporttreiben in der Freizeit und über die Schule hinaus Voraussetzung sind, sowie die Entwicklung der entsprechenden Motivation.



L: „Der wesentliche Punkt war für mich, dass der Unterricht so schülerzentriert ist.“

7.3 Kurzfristige Unterrichtsplanung

Die kurzfristige Lehr-Lernplanung ist für Qualität der jeweiligen Unterrichtseinheit von entscheidender Bedeutung.

Der Bildungsstandard und insbesondere klare Ziele für einzelne Module unterstützen die stringente Planung der einzelnen Unterrichtseinheiten. Das Unterrichtsfach Bewegung und Sport hat auch wesentliche Ausgleichsfunktion für andere schulische Belastungen. Dies birgt die Gefahr, dass die situativen Bedingungen (Belastung in den Hauptfächern, Prüfungen etc.) die Kontinuität der Arbeit beeinträchtigen und damit auch die Zielerreichung verschlechtern.

Mit zunehmender Unterrichtserfahrung nimmt der Grad an Konkretisierung ab, ein Mindestmaß an vorausschauenden Überlegungen und Vorbereitung ist aber unerlässlich.

7.4 Evaluierung

Kontrollen über den Lernstand hinsichtlich der konkret angepeilten Kompetenzen sind auch in den Erarbeitungsphasen wichtig. Mittels geeigneter Aufgabenstellungen (dunkelgraue Balken in Abbildung 2) soll das jeweilige Ausgangs- und Endniveau überprüft werden. Statt dieser punktuellen Evaluierung kann es in Abhängigkeit von den Lerninhalten aber auch zielführender sein, häufiger und damit stärker prozessorientiert kleine Erhebungen durchzuführen. Vielfach werden dafür gar keine eigens angesetzte Prüfungen und Tests im engeren Sinn notwendig sein. Das Festhalten von Beobachtungen der Lehrperson, aber auch der Schüler/innen, das kurze Dokumentieren von kleinen Arbeitsaufträgen, das Bewerten der Lösung einer Gruppenaufgabe und deren Präsentation, in Form von Hausübungen erarbeitete Inhalte und viele andere Möglichkeiten lassen sich laufend in den Unterricht einbauen, ohne dass ein Gefühl des dauernden Prüfens entsteht.

Im kompetenzorientierten Unterricht geht es um ein repräsentatives und exemplarisches und nicht um ein vollständiges Erfassen der Fähigkeiten, Fertigkeiten und Einstellungen aller Schülerinnen und Schüler. Das ist aufgrund der zur Verfügung stehend Evaluierungsinstrumente und der schulischen Rahmenbedingungen gar nicht anders möglich.

Wichtig ist daher, sich im Hinblick auf die jeweils anvisierten Kompetenzen exemplarisch auf aussagekräftige Parameter zu konzentrieren. Die Metapher Eisberg (Abbildung 3) soll das Gemeinte verdeutlichen.

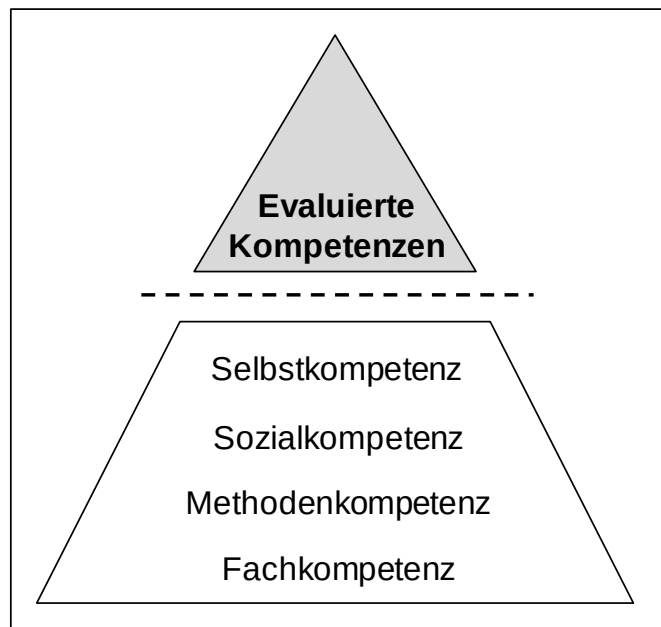


Abbildung 3: Relation entwickelter und überprüfter Kompetenzen

Die Aufgabe der Lehrkraft ist es, durch geeignete Auswahl wesentliche Aspekte des Kompetenzmodells zu erfassen (Abbildung 4). Durch konsequente lang- und mittelfristige Unterrichtsplanung auf Grundlage des Kompetenzmodells wird gewährleistet, dass alle Kompetenzen und Inhaltsbereiche (Lehrstoff) über die Zeit gleichrangig entwickelt werden. Entsprechend gesetzte Evaluierungen wiederum sind geeignet, für die Schüler/innen und die Lehrperson im Sinne der Outcome-Orientierung die Lernerfolge sichtbar zu machen. Der Kompetenzraster könnte in der Weise genutzt werden, dass die für ein Schuljahr vorgesehenen Felder markiert (grau) werden und beispielsweise am Ende des Wintersemesters die bis dahin erarbeiteten Bereiche jeweils abgehakt werden (Abbildung 4). Damit wird zugleich sichtbar, welche Kompetenzen für das folgende Sommersemester noch offen zu sind.

KOMPETENZMODELL Sekundarstufe I und II		SELBST-KOMPETENZ			SOZIAL-KOMPETENZ			METHODEN-KOMPETENZ			FACH-KOMPETENZ		
		KÖRPERBEZOGEN	KOGNITIONS- und SOZIALBEZOGEN	EMOTIONSBEZOGEN	REGELN und FAIRNESS	KOMMUNIKATION und KOOPERATION	AUFGABEN, ROLLEN und LEITEN	LERNEN LERNEN	PLANUNG und ORGANISATION	SICHERHEIT und GESUNDHEIT	KONDITIONELLE und KOORDINATIVE FÄHIGKEITEN	SPORTARTSPEZIFISCHES KÖNNEN und WISSEN	SPORTARTÜBERGREIFENDES KÖNNEN und WISSEN
		KÖNNEN			+ WISSEN			+ WOLLEN					
LEHRSTOFF	ALLG. SPORTMOTORISCHE FÄHIGKEITEN	✓						✓					
	TURNEN	✓	✓			✓			✓	✓	✓		
	LEICHTATHLETIK												
	SCHWIMMEN	✓							✓	✓	✓		
	SPORTSPIELE			✓		✓		✓					
	GYMNASTIK, TANZ, AKROBATIK			✓			✓	✓		✓			
	ROLL- und GLEITSPIELSPORTARTEN												
	ZWEIKÄMPFE												
	WEITERE SPORTARTEN												

Abbildung 4: Kompetenzmodell zur Erfassung unterrichtlicher Tätigkeit

Auf der Umsetzungsebene kann zwischen inhaltlichen, unterrichtsmethodischen und evaluativen Prozessen differenziert werden. Mit der nachfolgenden Übersicht soll aber nicht der Eindruck vermittelt werden, als würde kompetenzorientiertes Unterrichten etwas völlig Neues sein. Engagierte Lehrkräfte haben immer schon über die entsprechende Expertise verfügt und ihren Unterricht in Bewegung und Sport qualitativ gestaltet. Es geht nur darum, die Kennzeichen und Prinzipien eines kompetenzorientierten Lernens und Lehrens bewusster zu machen.

7.4.1 Inhaltliche Ebene

ORIENTIERUNG

Der Katalog mit den Kompetenzen, Deskriptoren soll nicht nur die Planungs- und Vorbereitungsschritte unterstützen, sondern auch für das unterrichtliche Handeln selbst Orientierung bieten. In den Pilotierungsphasen hat sich gezeigt, dass Lehrerinnen und Lehrer auf diese Weise neben der Fachkompetenz ihre Aufmerksamkeit auch stärker auf Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenz richten.

VERNETZUNG

Weiter wird in Abhängigkeit von den Rahmenbedingungen und der Unterrichtszeit eine bewusste Vernetzung von Kompetenzbereichen in einzelnen Erarbeitungsphasen empfohlen. Insbesondere Deskriptoren aus dem Bereich Fachkompetenzen lassen sich oftmals gut mit Elementen aus der Selbst-, Sozial- oder Methodenkompetenz verknüpfen. Allerdings soll auch darauf geachtet werden, nicht in einer Phase zu viel gleichzeitig erreichen zu wollen.

WISSEN

Dem Erarbeiten von Wissen in möglichst enger Anbindung an sportpraktisches Tun kommt ebenfalls eine zentrale Bedeutung zu. Es geht dabei sowohl um sport(art)spezifische Kenntnisse als auch um ein die Bewegung und den Sport übergreifendes Handlungswissen. Ein optimaler Anteil an Bewegungszeit ist auf jeden Fall anzustreben.

7.4.2 Unterrichtsmethodische Ebene

EIGENSTÄNDIGKEIT

Durch Eigentätigkeit zu mehr Selbstständigkeit, dieses Motto charakterisiert wesentliche Intentionen vor allem der Bereiche Selbst-, Sozial- und Methodenkompetenz. Neben Phasen angeleiteten Lernens sollen deshalb solche eines mit- und selbstbestimmten Handelns der Schülerinnen und Schüler den Unterricht bestimmen.

INDIVIDUALISIERUNG / DIFFERENZIERUNG

Mehr oder minder starke Heterogenität in Bezug auf die Lernvoraussetzungen und Neigungen der Schülerinnen und Schüler ist typisch für die meisten Klassen. Es hat den Anschein, dass die Unterschiede sogar zunehmen. Individualisierung und Differenzierung sind geeignete unterrichtsmethodische Maßnahmen, um die Entwicklung aller Lernenden zu optimieren.

7.4.3 Unterricht auswerten

LERNSTANDSERHEBUNGEN

Vielfach wird es zweckmäßig sein, Erhebungen über den Lernstand am Beginn und am Ende von Erarbeitungsphasen durchzuführen. Dabei ist die Konzentration auf nur wenige Kompetenzelemente sinnvoll. Bei deren Auswahl geht es in erster Linie darum, dass diese repräsentativ für den jeweiligen Standard sind. Auf keinen Fall soll es dadurch zu einer Häufung punktueller Überprüfungen und Tests kommen. Außerdem sollen, wo immer möglich, die Schülerinnen und Schüler sich gegenseitig Rückmeldungen über ihren Stand geben.

TRANSPARENZ / GERECHTIGKEIT

Durch regelmäßig eingebaute einfache und kurze Erhebungen nicht nur zu Beginn und am Ende einer Erarbeitungsphase wird das Augenmerk stärker auf den individuellen Lernprozess selbst gerichtet. Die Dokumentation des Lernfortschritts ist im Hinblick auf die weitere Entwicklung als gleichrangig einzustufen mit Überprüfungen, die an einer von außen gesetzten Norm orientiert sind. Letztere sind allerdings im Hinblick auf Transparenz und Gerechtigkeit (Benotung) bedeutsam.

In ihren Rückmeldungen haben die Lehrkräfte aus den Pilotierungsphasen berichtet, dass sich Änderungen im Vergleich zu ihrem bisherigen Unterricht in folgenden Bereichen ergeben haben:

Planungsaspekte:

- Schwerpunktsetzungen und Konzentration auf zentrale Lernziele über längere Zeiträume
- Bessere Strukturierung der Bildungs- und Erziehungsprozesse

L: „Was für mich wichtig ist? Ich würde sagen die Planung, der Aufbau. Man geht viel zielorientierter an die Sache heran.“



Inhaltliche Aspekte:

- Bewusstere Erarbeitung und Anwendung von handlungsbezogenem Wissen im und für den Sport
- Berücksichtigung der Selbst-, Methoden- und Sozialkompetenz

L: „Für die Schülerinnen war es einmal spannend, dass die Wissenskomponente stark im Vordergrund steht, nicht nur das Bewegen und Schwitzen.“



Auswertung:

- Konsequente Erhebungen über den Lernstand zu fixen Zeitpunkten

L: „Es waren viele Tests, aber die Schüler fanden das gar nicht so negativ.“



8 Evaluierung

In diesem Kapitel werden ausgewählte Beispiele für die Evaluierung von Standards der Kompetenzkataloge angeführt.

!!!! HINWEIS !!!!

Weitere Unterrichtsbeispiele zur Evaluierung für kompetenzorientierten Unterricht in Bewegung werden laufend entwickelt und mittelfristig zur Verfügung gestellt!

8.1 Basisevaluierung: Koordinative und konditionelle Fähigkeiten

Die Überprüfung und Entwicklung der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten stellt nicht zuletzt aufgrund der gesellschaftlichen Veränderungen und aus gesundheitlichen Gründen eine Kernaufgabe des Faches Bewegung und Sport dar. In Anbetracht der alarmierend schlechten Testergebnisse bezüglich Koordination und Kondition eines großen Teils der Schülerinnen und Schüler ist diesem Bereich ein besonderes Augenmerk zu widmen. Die ministerielle Entscheidung für Regelstandards wurde in der Einleitung begründet. Die vorgebrachten Argumente sind überzeugend, allerdings ist für die permanente Verbesserung der motorischen Grundlagen ein höherer Grad an Verbindlichkeit notwendig. Aus diesem Grund werden für die motorischen Grundlagen Mindeststandards mit drei Niveaustufen vorgeschlagen. Die Gesundheit von Schülerinnen und Schülern, welche die unterste Stufe (Niveau C) längerfristig nicht erreichen, muss als gefährdet gesehen werden.

Aus diesem Grund wird empfohlen, die nachfolgenden motorischen Tests zumindest am Beginn und am Ende jedes Schuljahres durchzuführen. Bei hinreichender Wochenstundenzahl ist auch eine Kontrolle in der Mitte des Schuljahres wünschenswert. Die Auswahl von drei Tests wird damit begründet, dass mit dem Hürden-Bumerang-Lauf, dem Stand-Weitsprung und dem Sechs-Minuten-Lauf wesentliche Parameter ökonomisch erfasst werden. Die Normdaten stammen aus „*Klug und Fit*“ sowie den Voruntersuchungen zu den Kompetenzen. Die Relation zwischen Aufwand und Ertrag gewährleistet ein Mindestmaß an Aussagekraft im Hinblick auf die motorischen Grundlagen. Selbstverständlich können auch umfangreichere motorische Tests (z.B. Klug und Fit) angewandt werden.

NORMWERTE

Die nachfolgenden Tabellen zeigen die Normwerte (Zeit in Sekunden) für die einzelnen Niveaustufen, wobei C dem Mindeststandard entspricht. Unterhalb dieses Wertes sind Maßnahmen für eine gezielte Förderung unerlässlich.

HÜRDEN-BUMERANG-LAUF

	Sek I (8. Schulstufe)		Sek II (11./12. Schulstufe)	
Niveau	Burschen	Mädchen	Burschen	Mädchen
A (Exzellenzstandard)	12,5	14,5	11,0	13,0
B (Regelstandard)	15,0	17,5	13,0	16,0
C (Mindeststandard)	17,5	20,5	15,0	19,0

Tabelle 2: Hürden-Bumerang-Lauf: Niveaustufen

STAND-WEITSPRUNG

	Sekundarstufe I		Sekundarstufe II	
Niveau	Burschen	Mädchen	Burschen	Mädchen
A (Exzellenzstandard)	200	185	225	200
B (Regelstandard)	175	160	200	175
C (Mindeststandard)	150	135	175	150

Tabelle 3: Stand-Weitsprung: Niveaustufen

SECHS-MINUTEN-LAUF

	Sekundarstufe I		Sekundarstufe II	
Niveau	Burschen	Mädchen	Burschen	Mädchen
A (Exzellenzstandard)	1.550	1.300	1.600	1.400
B (Regelstandard)	1.300	1.150	1.400	1.200
C (Mindeststandard)	1.050	0.950	1.150	1.000

Tabelle 4: Sechs-Minuten-Lauf: Niveaustufen

DURCHFÜHRUNG

Um zu lange Stehzeiten während der Überprüfungen zu vermeiden, wird die zeitlich parallele Durchführung des Hürden-Bumerang-Laufes mit dem Stand-Weitsprung in zwei Gruppen empfohlen. Der Sechs-Minuten-Lauf kann im Anschluss mit der gesamten Klasse erfolgen.

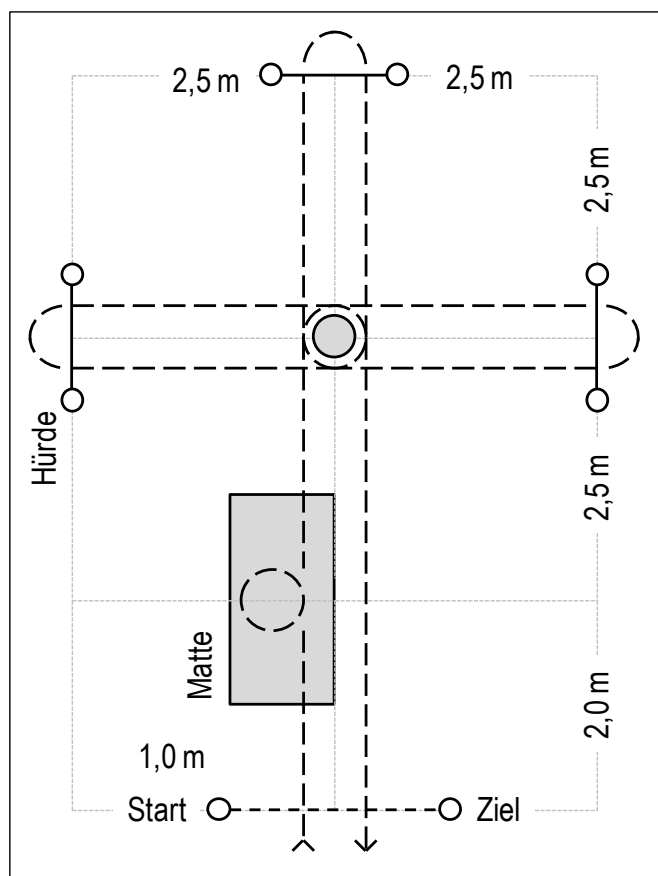
HÜRDEN-BUMERANG-LAUF

Der Zeitaufwand für diesen kombinierten Test beträgt etwa 15 Minuten für jeweils 10 Schüler/innen. An Geräten werden ein Wendemal (zB Hochsprungständer), eine Matte, drei in der Höhe verstellbare Hürden (Steckhürden, Übungshürden), ein Maßband, eine Stoppuhr und ein Startsignal (Pfeiferl) benötigt.

Vor dem Start wird die Höhe der Hürden entsprechend der Körpergröße (Tabelle) für jeden Schüler und jede Schüler/in eigens eingestellt. Um Zeit zu sparen empfiehlt es sich, Gruppen nach der Körpergröße zu bilden. Unbedingt entsprechend aufwärmen.

Körpergröße	Hürdenhöhe
141-145	58
146-150	60
151-155	62
156-160	64
161-165	66
166-170	68
171-175	70

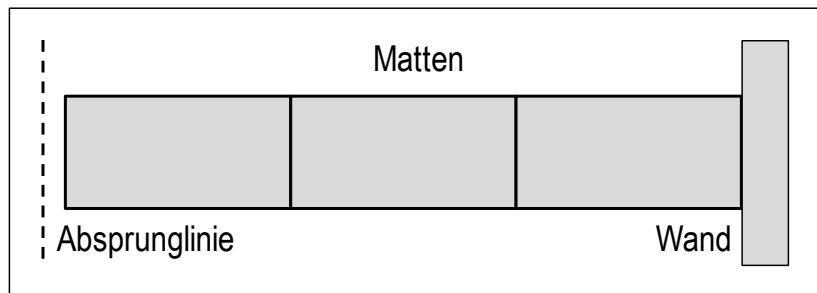
Die Versuchsperson startet in Schrittstellung. Der Parcours ist gegen den Uhrzeigersinn so rasch wie möglich zu durchlaufen. Auf der Matte ist eine Rolle vorwärts auszuführen. Anschließend wird das Wendemal umlaufen und über die linke Hürde gesprungen. Nach dem Durchkriechen dieser geht es zurück zum Wendemal. Die mittlere und die rechte Hürde werden in gleicher Weise absolviert bevor die Proband/innen zur Start-Ziel-Linie zurücklaufen. Jede Testperson hat einen Probeversuch und zwei Hauptversuche. Zwischen den Versuchen sollten Pausen von etwa zwei Minuten liegen. Der beste Versuch wird gewertet. Ein Durchgang ist ungültig, wenn die Rolle vorwärts nicht gemacht beziehungsweise eine Hürde oder das Wendemal umgeworfen werden.



STAND-WEITSPRUNG

Der Zeitaufwand für diesen Test beträgt zirka 10 Minuten für 10 Schüler/innen.

Material: Klebeband zum Markieren der Absprunglinie, Maßband und Mattenbahn. Die letzte Matte soll an die Wand anstoßen, um ein Verrutschen zu verhindern.



Ablauf: Am Beginn steht die Testperson mit den Fußspitzen hinter der Linie. Mit beidbeinigem Absprung und kräftigem Armschwung soll versucht werden, so weit wie möglich zu springen. Der Sprung ist nur gültig, wenn auch die Landung mit beiden Beinen gleichzeitig erfolgt und der Proband sicher in den Stand kommt. Die korrekte Ausführung sollte vorgezeigt und dabei besonders auf die Ausnützung des Armschwunges hingewiesen werden. Gemessen wird der Abstand zwischen Absprunglinie und dem ihr nächstliegenden Landeabdruck (Fersen oder Finger) in Zentimeter.

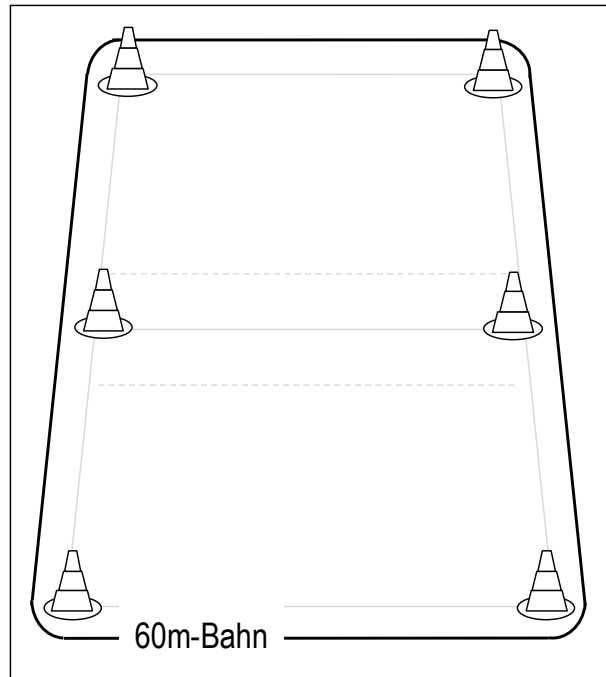
Insgesamt stehen jeder Testperson drei Versuche zu. Der weiteste Sprung kommt in die Wertung.

SECHS-MINUTEN-LAUF

Die Laufstrecke entspricht den Außenabmessungen eines Volleyballfeldes und beträgt 60 Meter, der Abstand zwischen den Hütchen beträgt 10 Meter. Die Durchführung wird am besten in zwei Gruppen absolviert, wobei eine Gruppe läuft und die anderen Schüler/innen die Runden zählen. Der Zeitaufwand kann auf diese Weise auf rund 15 Minuten pro Durchgang reduziert werden.

Material: 6 Hütchen zur Markierung der Laufstrecke, Papier und Schreibgerät zum Protokollieren der Runden, Stoppuhr

Ablauf: Die Läufer stehen gleichmäßig verteilt an den Markierungen. Die jeweiligen Partner befinden sich im Innenraum ebenfalls an den Startpositionen. Nach dem Signal versuchen die Testpersonen möglichst viele Runden innerhalb der sechs Minuten zu absolvieren. Die vorletzte und die letzte Laufminute werden angesagt. Beim Signal nach Ende der sechsten Minute bleiben die Läufer an ihrer Position stehen, damit der Betrag der noch angefangenen Runde addiert werden kann. Beispiel: 20 Runden + 2 Hütchen = $20 \times 60 \text{ m} + 2 \times 10 \text{ m} = 1220 \text{ m}$. Das Endergebnis wird wiederum entsprechend der Normtabelle bewertet.



8.2 Beispiel: SELBST- und FACHKOMPETENZ (Leichtathletik)

ZIELWERFEN MIT STÖRUNG

AUFGABENSTELLUNG:

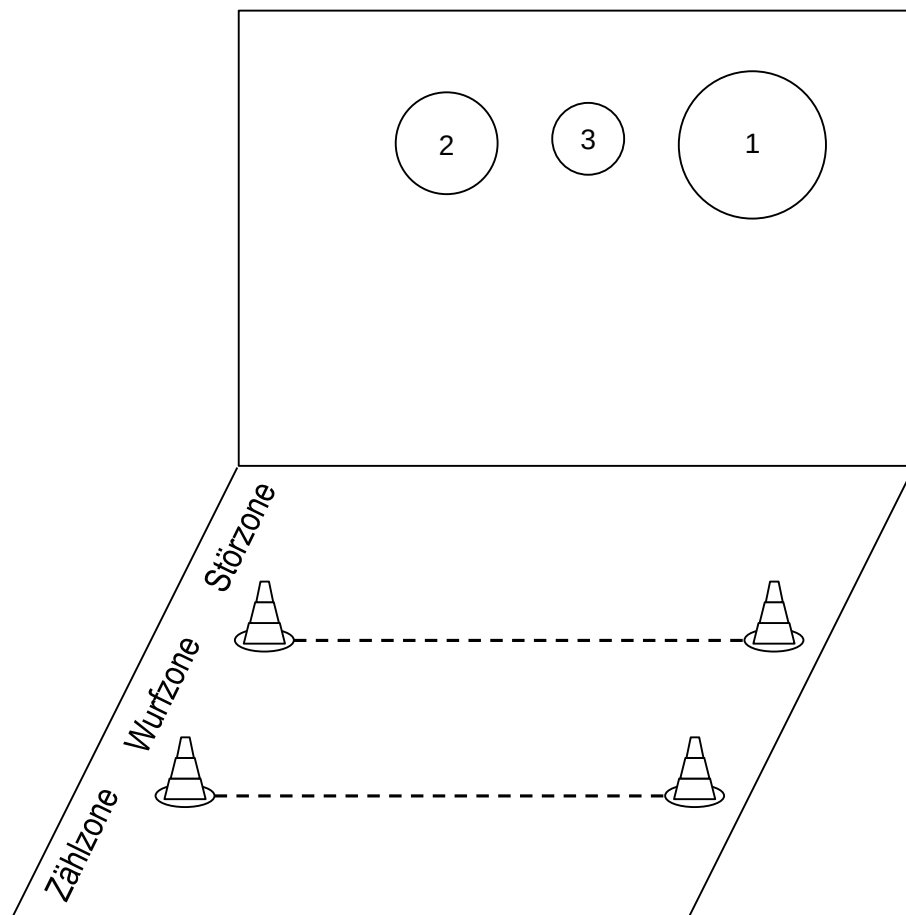
Teilt euch in zwei gleich starke Mannschaften.

Die Schüler/innen der Gruppe A versuchen, durch gezielte und scharfe Würfe (Schlagwurf) auf die Kreise möglichst viele Punkte zu sammeln.

Die Hälfte der Gruppe B darf im abgegrenzten Raum die Gegner/innen beim Werfen durch folgende Aktionen stören:

- Vor den Werfer/innen stehen, laufen, springen
- Rufen, klatschen, stampfen
- Zupassen von Bällen, welche die Flugbahn der Werfer/innen kreuzen.

Die zweite Hälfte der Gruppe B (Beobachter/innen) zählt die Treffer der Gruppe A. Wechsel nach vorgegebener Zeit.



EVALUIERUNG durch die Lehrperson

- Beobachten Sie bitte, ob die Schüler/innen die richtige Wurfposition einnehmen (Stemmbein vorne, Wurfarm hinten) und ob die Wurfbewegung in der Reihenfolge Schulter – Ellbogen – Handgelenk erfolgt.
- Bewerten Sie, wie gut die Schüler/innen trotz Störung das Ziel treffen.

Beobachtungsbogen Zielwerfen mit Störung (Lehrer/in)
• <i>Notieren Sie, wie viel Schüler/innen jeweils die richtige Wurfposition einnehmen und wie viel Prozent der Klasse das können.</i> Gruppe A: _____ Gruppe B: _____ Gruppe C: _____ Gruppe E: _____ Gruppe F: _____ Gruppe G: _____ Prozentueller Anteil der Klasse: _____
• <i>Notieren Sie, wie viel Schüler/innen die richtige Wurfbewegung ausführen und wie viel Prozent der Klasse das können.</i> Gruppe A: _____ Gruppe B: _____ Gruppe C: _____ Gruppe E: _____ Gruppe F: _____ Gruppe G: _____ Prozentueller Anteil der Klasse: _____
• <i>Schätzen Sie in Prozent, wie gut die Schüler/Innen das Ziel trotz Störung jeweils treffen.</i> Gruppe A: _____ Gruppe B: _____ Gruppe C: _____ Gruppe E: _____ Gruppe F: _____ Gruppe G: _____

EVALUIERUNG durch die Schüler/innen

- Die Beobachter/innen halten die Anzahl der erzielten Punkte fest.
- Die Werfer/in (Gruppe A) prüft vor dem Wurf die eigene Wurfposition.
- Die Beobachter/innen (Teil der Gruppe B) protokollieren jeweils die Wurfposition (Stemmbein vorne, Wurfarm hinten) und die Wurfbewegung (Schulter – Ellbogen – Handgelenk).
- Die Werfer/innen werden zu ihrer Treffsicherheit befragt und deren Einschätzung wird eingetragen.
- Die Werfer/innen werden über den Einfluss der Störung befragt. Ihre Antworten sollen ebenfalls in den Bogen eingetragen werden.

Beobachtungsbogen Zielwerfen mit Störung (Beobachter/innen)
• <i>Name des Schülers / der Schülerin:</i> _____ • <i>Anzahl der erreichten Punkte:</i> _____
• <i>Kreuze an, ob der/die Schüler/in die richtige Wurfposition eingenommen hat.</i> Ja: ☐ Nein: ☐
• <i>Kreuze an, ob der/die Schüler/in die Wurfbewegung richtig ausgeführt hat.</i> Ja: ☐ Nein: ☐
• <i>Wie schätzt der/die Werfer/in seine/ihre Treffsicherheit ein?</i> Sehr gut: ☐ Mittelmäßig: ☐ Eher schlecht: ☐
• <i>Wie hat er/sie die Störungen beim Werfen empfunden?</i> Sehr störend: ☐ Ein wenig störend: ☐ Gar nicht störend: ☐

8.3 Beispiel: FACH-, SOZIAL- und METHODENKOMPETENZ (Ballspiele)

SYNCHRONDRIBBLING

AUFGABENSTELLUNG:

Sucht euch eine/n Partner/in, mit dem/der Ihr selten (!) zusammenarbeitet. Jede/r hat einen Ball. Dribbelt nun gleichzeitig und im gleichen Takt von einer Längsseite der Halle zur anderen.

Nach kurzer Übungsphase kommen immer zwei Paare zur Lehrer/in und demonstrieren ihr synchrones Dribbeln. Die Lehrer/in und die Schüler/innen des jeweils anderen Paares beurteilen die Qualität der Bewegungsausführung. Die beobachtenden Schüler/innen halten diese fest.

Nach der Bewertung übt Ihr weiter und probiert paarweise neue Ausführungen. Zum Beispiel:

- langsam und schnell
- hoch und tief dribbeln
- rechte und linke Hand
- Richtungsänderungen

Das wird aber nicht mehr bewertet.

Bildet auch andere Gruppierungen (Trio, Quartett, ...).

EVALUIERUNG durch die Lehrperson und die Schüler/innen

- Die Überprüfung des Standards soll von Lehrkraft und Schüler/innen mit Hilfe des Beobachtungsbogens gemeinsam vorgenommen werden.

Beobachtungsbogen Synchrondribbling (Lehrer/in und Schüler/innen)
• Name Schüler/in A: _____ • Name Schüler/in B: _____
• Wie synchron war die Bewegung? Sehr gut: ☐ Mittelmäßig: ☐ Eher schlecht: ☐
• Wie gut war die Dribbelbewegung? Schüler/in A: Sehr gut: ☐ Mittelmäßig: ☐ Eher schlecht: ☐ Schüler/in B: Sehr gut: ☐ Mittelmäßig: ☐ Eher schlecht: ☐
• Haben die Schüler/innen sich aufeinander abgestimmt? Ja: ☐ Eher ja ☐ Eher nein: ☐ Nein ☐

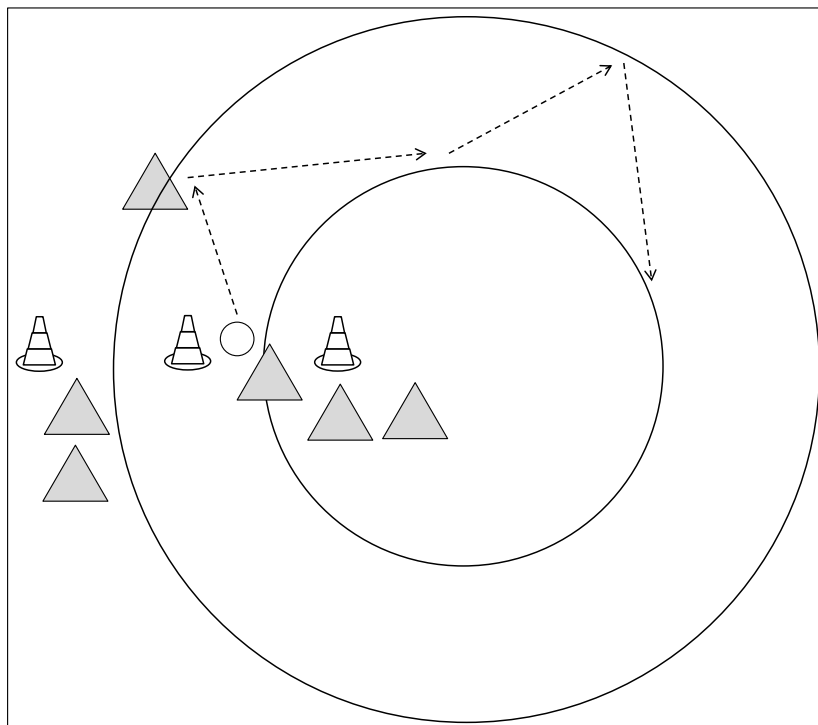
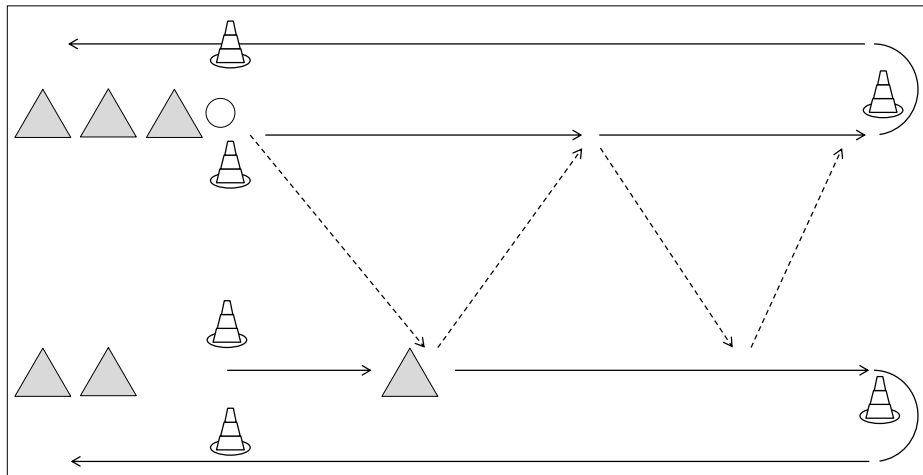
PASSEN UND FANGEN

AUFGABENSTELLUNG:

Lauft paarweise in der Gasse (Skizze) und passt euch den Ball unter Einhaltung der Schrittregel (maximal 3 Schritte) zu. Wählt dabei den richtigen Abstand zur vorhergehenden Gruppe.

Nach jeweils vier Durchgängen mit Positionswechsel führt folgende Variationen aus:

- Tempo steigern
- Wurfhand wechseln
- Positionen tauschen
- Bodenpass
- Bogenpass
- Verschiedene Bälle
- Laufen im Kreis (Skizze).



EVALUIERUNG durch die Schüler/innen

- Bei dieser Aufgabe sollen die Schüler/innen mittels Beurteilungsbogen selbstständig überprüfen, wie gut sie das Passen und Fangen beherrschen.

Beurteilungsbogen Passen und Fangen (Schüler/innen)				
• Name Schüler/in A: _____ / Schüler/in B: _____				
• <i>Meine Pässe sind an der richtigen Stelle angekommen.</i>				
Schüler/in A:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
Schüler/in B:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
• <i>Mein Partner / meine Partnerin konnte die Pässe fangen.</i>				
Schüler/in A:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
Schüler/in B:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
• <i>Ich konnte die Pässe fangen.</i>				
Schüler/in A:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
Schüler/in B:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
• <i>Ich konnte die Schrittregel einhalten.</i>				
Schüler/in A:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
Schüler/in B:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
• <i>Wir haben den Abstand zu den Gruppen vorher richtig gewählt.</i>				
Schüler/in A:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐
Schüler/in B:	Immer: ☐	Häufig: ☐	manchmal: ☐	Nie: ☐

8.4 Beispiel: FACH-, SELBST- und SOZIALKOMPETENZ (Turnen)

Vom NACKENSTAND zum KOPFSTAND

AUFGABENSTELLUNG:

In dieser Unterrichtseinheit sollt Ihr den Nackenstand und/oder den Kopfstand am Boden in Kleingruppen selbstständig üben und euer Können überprüfen (lassen). Zusätzlich geht es darum, das richtige Helfen und Sichern anzuwenden. Bildet Gruppen zwischen vier und sechs Personen und wählt eine der Übungen aus, die ihr noch nicht beherrscht. Der/die Lehrer/in erklärt euch das richtige Sichern und zeigt es euch jeweils vor. Übt nun in der Kleingruppe und unterstützt euch dabei gegenseitig. Wenn ihr der Meinung seid, die Übung zu können, lasst sie von der Lehrperson und den anderen Mitgliedern der Gruppe beurteilen.

Gruppe Nackenstand (Kerze):

- Nackenstand mit Unterstützung durch Hände an der Hüfte; Partner/in sichert mittels Klammergriff an Oberschenkeln
- „Fließband“: Im Nackenstand Ball zwischen Füßen einklemmen und an Mitschüler/in weitgeben.
- „Kutschenfahrt“: Nackenstand auf Teppichfliese halten, Mitschüler/in zieht die Unterlage vorsichtig. Partner/in sichert an Oberschenkel.

Kontrollübungen: Freier Nackenstand mit gestrecktem Rumpf; Sicherung durch Partner/in

Kontrollfrage: Was ist beim Nackenstand wichtig, um sicher zu stehen?

Gruppe Kopfstand:

- Freier Nackenstand mit Sichern
- Kopfstand-Dreieck: Im Liegestütz Kopf auf den Boden setzen. Hände und Kopf bilden gleichseitiges Dreieck.
- „Mehr Kopf als Hände“: Nach dem Aufsetzen von Kopf und Händen im Dreieck in den Kopfstand mit gehockten Beinen gehen und wieder zurück. Hinweis: Die Hände tragen das Hauptgewicht.
- Kopfstand; Partner/in sichert mittels Klammergriff an Oberschenkeln

Kontrollübung: Aufgehen in den Kopfstand und Halten für drei Sekunden; Sicherung durch Partner/in

Kontrollfrage: Wie müssen Kopf und Hände aufgesetzt werden? Worauf kommt es an, wenn der Kopfstand drei Sekunden gehalten werden soll?

- Die Fachkompetenz der Schüler/innen soll sich sowohl im Lernprozess als auch am Output (Bewegungsfertigkeit) zeigen. Gleiches gilt für das Wissen um richtiges Sichern und dessen Anwendung.
- Selbstkompetenz wird an der passenden Auswahl der jeweiligen Zielübungen erkennbar.
- Sozialkompetenz ist gefordert, indem sich die Schüler/innen gegenseitig im Lernprozess unterstützen und indem sie beim Sichern einander vertrauen (können).
- Durch die Art der Unterrichtsgestaltung wird das Prinzip der Differenzierung eingehalten.

Beobachtungsbogen Nackenstand (N) / Kopfstand (K) (Lehrer/in)

- *Beurteilung der Übung (Schulnoten) und der Sicherung.*

Schüler/in: _____: N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____: N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____: N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Schüler/in: _____ : N: _____ K: _____ Sicherung: richtig ☐ falsch: ☐

Beobachtungsbogen Nackenstand (N) / Kopfstand (K) (Schüler/innen)
• <i>Trage deinen Namen ein.</i> Schüler/in: _____ • <i>Welche Übung habt Ihr in Eurer Gruppe gewählt?</i> Nackenstand: ☐ Kopfstand: ☐ • <i>Halte in Stichworten fest, worauf es bei dieser Übung ankommt.</i> _____ _____ _____ • <i>War die Wahl der Übung für dich passend?</i> Ja: ☐ Nein: ☐ • <i>Konntest du die Kontrollfrage richtig beantworten?</i> Ja: ☐ Nein: ☐ • <i>Trage den Namen deines/deiner Partners/Partnerin ein und bewerte seine/ihre Übung nach Schulnoten.</i> Schüler/in: _____ Sehr gut ☐ Gut: ☐ Befriedigend: ☐ Genügend: ☐ Nicht genügend: ☐

8.5 Beispiel: FACHKOMPETENZ (Darstellen und Gestalten)

BEWEGEN im RHYTHMUS

AUFGABENSTELLUNG:

Ahmt die Bewegungen der Lehrperson im Rhythmus der Musik möglichst genau nach. Nach kurzer Zeit kommt immer wieder ein neues Musikstück.

Nun bewegt ihr euch zu neuen Stücken auf eigene Weise. Richtet eure Aufmerksamkeit auf die Vorgaben, die euch Schritt für Schritt gegeben werden:

- die Bewegungen ganz groß und dann wieder ganz klein ausführen
- flüssig / rund und dann wieder eckig
- in aufrechter und gebückter Haltung
- lebhaft und sanft
- in die Breite und in die Höhe
- vorwärts / rückwärts / seitwärts / diagonal
- etc.

Passt nun euren Gesichtsausdruck an:

- fröhlich / traurig
- wütend / gelassen
- ängstlich / mutig
- frisch / müde
- überrascht / sicher
- etc.

- Bei diesem einfachen Beispiel zur Fachkompetenz bewertet nur die Lehrperson.

EVALUIERUNG durch die Lehrperson

Beobachtungsbogen Bewegen im Rhythmus (Lehrer/in)
• <i>Bewerten Sie, wie viel Prozent der Klasse die vorgegebenen Bewegungen im Rhythmus ausführen können.</i> ____ % _____
• <i>Bewerten Sie in Prozent, wie viel Schüler/innen die Hinweise umsetzen können.</i> ____ % _____
• <i>Bewerten Sie in Prozent, wie viel Schüler/innen ihren Gesichtsausdruck anpassen können.</i> ____ % _____

8.6 Beispiel: FACH-, METHODEN- und SOZIALKOMPETENZ (Kämpfen)

ARMZIEHEN

AUFGABENSTELLUNG:

Sucht euch als Gegner/in für das Armziehen einen/eine Mitschüler/in, den/die ihr für gleich stark einschätzt.

- Setzt euch im Strecksitz gegenüber auf eine Matte und stellt jeweils ein Bein über das gestreckte Bein des/der Partner/in.
- Hakt euch mit jenem Unterarm ein, der dem gebeugten Bein am nächsten liegt.
- Nun versucht ihr, den/die Partner/in zu euch zu ziehen.
- Gewonnen hat, wer mit dem gebeugten Ellbogen in Rückenlage den Boden erreicht.
- Die Wettkampfzeit ist vorgegeben (z.B. 2 Minuten).

- Hinweis: Die Gegner/innen wechseln jeweils nach einer vorgegebenen Anzahl von Punkten, indem jede/r eine Matte nach oben (Sieg) oder nach unten (Niederlage) weiterrückt.

EVALUIERUNG durch die Lehrperson

- Mit dieser Aufgabe soll festgehalten werden, ob die Schüler/innen zu Beginn eine/n gleichrangige/n Gegner wählen können.

Beobachtungsbogen zum „Armziehen“ (Lehrer/in)

- *Zu Beginn war ein/e gleichrangiger/e Gegner/in zu wählen Die Schüler/innen haben die Aufgabe mit folgenden geschätzten Anteilen (%) gelöst.*

Gleich stark: ____ Zu stark: ____ Zu schwach: ____

- *Die Schüler/innen werden entsprechend befragt und das Ergebnis wird ebenfalls eingetragen. Sie haben die Aufgabe nach deren Einschätzung folgendermaßen bewältigt:*

Gleich stark: ____ Zu stark: ____ Zu schwach:: ____

DEGENFECHTEN

AUFGABENSTELLUNG:

Kämpft paarweise gegeneinander.

- Ausgangsstellung auf einer Matte gegenüber und hinter einer Linie.
- Haltet den „Degen“ (Schwimmnudel mit halber Länge) in einer Hand und die andere Hand hinter dem Rücken.
- Nur Treffer mit der „Degenspitze“ zählen. Verlassen der Matte gilt als Treffer.
- Kämpft eine Proberunde ohne weitere Regeln.

Besprecht eure „Gefechte“ und vereinbart selbst weitere Regeln.

Jede/r analysiert für sich die gegnerischen Stärken und Schwächen und überlegt sich geeignete Taktiken. Kämpft wieder paarweise gegeneinander und zählt selbst jeweils eure Treffer.

- Bei Uneinigkeit oder Bedarf passt die Regeln immer wieder neu an.

Varianten:

- Eine/r ist Angreifer und eine/r Verteidiger. Rollenwechsel.
- Kämpfen mit der „schlechteren“ Hand.
- Legt Körperzonen fest, wo Treffer zählen.

EVALUIERUNG durch die Lehrperson

- Mit dieser Aufgabe soll überprüft werden, ob die Schüler/innen ihre Gegner/innen hinsichtlich Stärken und Schwächen richtig einschätzen können.
- Zudem kann beobachtet werden, ob sie geeignete Taktiken anwenden können. Zum Beispiel: Reichweite, Finten, Überraschungsangriff, Gegner ermüden

Beobachtungsbogen zum „Degenfechten“ (Lehrer/in)

- *Die Schüler/innen wenden Angriffstaktiken an. Angaben geschätzt in Prozent.*
Sehr gut: ____ Gut: ____ Befriedigend: ____ Genügend: ____ Nicht genügend: ____
- *Die Schüler/innen wenden Verteidigungstaktiken an. Angaben geschätzt in %.*
Sehr gut: ____ Gut: ____ Befriedigend: ____ Genügend: ____ Nicht genügend: ____
- *Die Schüler/innen können die Stärken und Schwächen der Gegner/innen bewerten. Angaben geschätzt in %.*
Sehr gut: ____ Gut: ____ Befriedigend: ____ Genügend: ____ Nicht genügend: ____

EVALUIERUNG durch die Schüler/innen

- Die Schüler/innen geben ihren jeweiligen Partner/innen ein Feedback zur Regeleinhaltung, zur Einschätzung der gegnerischen Stärken und Schwächen und zur Anwendung ihrer Angriffs- und Verteidigungstaktiken.

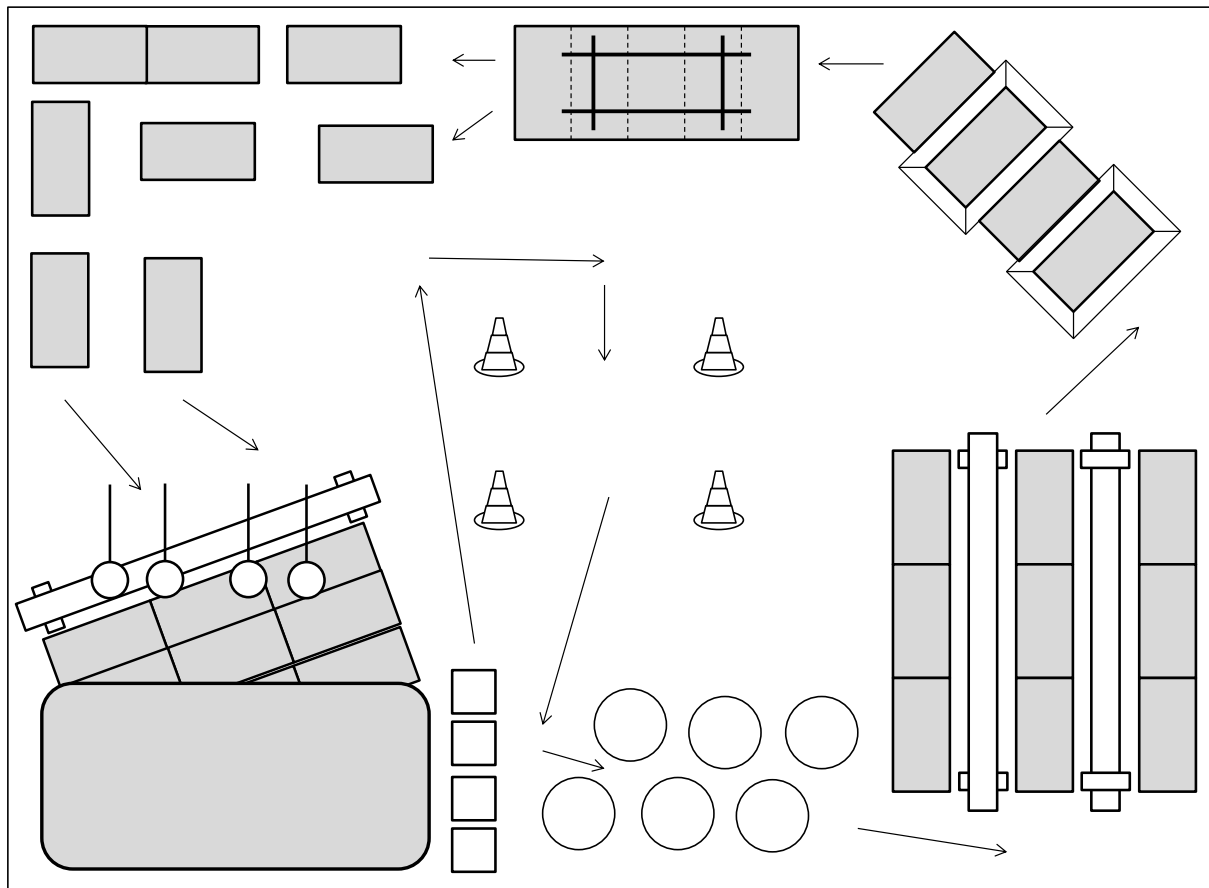
Feedbackbogen zum „Degenfechten“ (Schüler/in)
Name der Partner/in: _____
• <i>Ich bewerte deine Regeleinhaltung so:</i> Sehr gut: ☐ Gut: ☐ Befriedigend: ☐ Genügend: ☐ Nicht genügend: ☐
• <i>Folgende Regelverstöße haben wir begangen:</i> _____ _____
• <i>Du hast meine Stärken und Schwächen erkannt:</i> Sehr gut: ☐ Gut: ☐ Befriedigend: ☐ Genügend: ☐ Nicht genügend: ☐
• <i>Aus meiner Sicht hast du folgende Stärken beziehungsweise Schwächen:</i> _____ _____
• <i>Stimmst du meiner Einschätzung zu?</i> Ja: ☐ Teilweise: ☐ Nein: ☐

EVALUIERUNG durch die Lehrperson und Schüler/innen gemeinsam

- Im Plenum können die Ergebnisse zum Beispiel auf einer Flipchart zusammengetragen und gemeinsam reflektiert werden.
- Folgende Fragen könnten leitend sein:
 - Welche Merkmale sind ausschlaggebend, um eine/n gleichrangige/n Gegner/in zu finden?
 - Welche Regeln wurden von den Paarungen eingeführt und wie geeignet waren sie jeweils?
 - Welche Merkmale waren für die Einschätzung der Stärken und Schwächen jeweils ausschlaggebend?
 - Wie ist das bei anderen Sportarten?
 - Welche Taktiken waren erfolgreich und warum?

IM DSCHUNGEL

- Bildet Paare mit jeweils einem/einer Partner/in, dem/der du vertraust. Begleitet euch gegenseitig, helft einander und gebt euch Tipps.
- Von Durchgang zu Durchgang sollt ihr den Schwierigkeitsgrad erhöhen.
- Tauscht euch dazwischen und am Schluss drüber aus, wie groß die Herausforderung war, ob und in welcher Weise ihr Angst verspürt habt, wie ihr damit umgegangen seid und wie hilfreich der/die Partner/in war.
- Sicherheit ist immer oberster Grundsatz! Im Zweifelsfall wendet auch an den/die Lehrer/in.



- Der Parcours ist exemplarisch zu verstehen. Kein Zeitdruck!
- Die Partner sollen die jeweilige Art der Bewältigung besprechen, den Grad der Herausforderung in Relation zum Können bewerten und dann eine passende Entscheidung treffen.

- Von der Mitte aus wird gestartet. Nach Bewältigung kehren die Paare dorthin zurück, reflektieren ihre Erfahrungen und überlegen den nächsten Durchgang.
- Mögliche Bewegungsformen:
 - Einzelne Reifen zum Beispiel auslassen; Sprungarten variieren
 - Auf Langbänken balancieren, springen, robben, ...
 - Von Kasten zu Kasten mit und ohne Bodenkontakt dazwischen, ...
 - Barren verschiedenartig überklettern, ...
 - Mattengraben überspringen
 - Von der Langbank auf Weichboden schwingen
 - Mit Teppichfliesen in das Lager rutschen

EVALUIERUNG durch die Schüler/innen

- Die Schüler/innen sollen die Leitfragen zunächst selbst durchgehen und anschließend mit dem/der Partner/ihrer Partnerin über ihre Erfahrungen sprechen.

Leitfragen zu „Im Dschungel“ (Schüler/innen)
Name der Partner/in: _____ • <i>An welchen Stationen hast du beim ersten Durchgang den für dich passenden Schwierigkeitsgrad gewählt?</i> Reifen: ☐ Langbänke: ☐ Kästen: ☐ Barren: ☐ Matten: ☐ Ringe: ☐ • <i>An welchen Stationen hast du beim letzten Durchgang den für dich passenden Schwierigkeitsgrad gewählt?</i> Reifen: ☐ Langbänke: ☐ Kästen: ☐ Barren: ☐ Matten: ☐ Ringe: ☐ • <i>An welchen Stationen hattest du beim letzten Durchgang das Gefühl, dass die Anforderung zu hoch war?</i> Reifen: ☐ Langbänke: ☐ Kästen: ☐ Barren: ☐ Matten: ☐ Ringe: ☐ • <i>Wie hilfreich war die Unterstützung durch deinen/deine Partner/in?</i> Sehr hilfreich: ☐ Etwas hilfreich: ☐ Wenig hilfreich: ☐ Nicht hilfreich: ☐ • <i>Was war besonders hilfreich und was eher nicht?</i> _____ • <i>Wie hilfreich bewertet deiner Meinung nach der/die Partner/in deine Hilfe?</i> Sehr hilfreich: ☐ Etwas hilfreich: ☐ Wenig hilfreich: ☐ Nicht hilfreich: ☐ • <i>Hattest du auch Angstgefühle? Ja: ☐ Nein: ☐</i> Wenn Ja, wie war das? _____ _____

8.8 Beispiel: FACH- und SOZIALKOMPETENZ (Basketball)

Die Evaluierung der angeführten Kompetenzen ist in einer Doppelstunde durchführbar. Nachfolgend eine Übersicht über die Kompetenzen, Deskriptoren sowie der differenzierte Ablauf der Überprüfung.

	SOZIALKOMPETENZ		FACHKOMPETENZ	
KOMPETENZ	KOMMUNIZIEREN Die Schülerinnen und Schüler können angemessen miteinander kommunizieren.	KOOPERIEREN Die Schülerinnen und Schüler können in einer Gruppe bestehen und kooperieren.	SPORTSPIELE Die Schülerinnen und Schüler können an Sportspielen/ Rückschlagspielen erfolgreich teilnehmen.	
TEILKOMPETENZEN	ANGEMESSENHEIT: Der/die Schüler/in kann angemessen nonverbal und verbal mit anderen kommunizieren.	BEDÜRFNISSE EINBRINGEN: Der/die Schüler/in kann eigene Bedürfnisse in eine Gruppe einbringen und bei andersgelagerten Gruppenentscheidungen auch zurückstellen.	TECHNIK: Der/die Schüler/in beherrscht die Technikbereiche „Fortbewegung mit dem Ball, Pass/Annahme und Angriffsabschluss“.	REGELN: Der/die Schüler/in kann Spielregeln und die Ahndung bei Regelverstößen nennen.
DESKRIPTOREN	– kann sich für andere verständlich und in respektvoller Weise verbal und nonverbal ausdrücken – kann aufmerksam zuhören – kann andere in ihren Perspektiven und Ausdrucksformen verstehen – (z.B. Anliegen in der Ich-Form ausdrücken, keine Schimpfwörter, keine beleidigenden Gesten, ausreden lassen, zuhören und ggf. nachfragen)	– kann eigene Interessen äußern – kann sich in einer Gruppe unter Wahrung sozial akzeptablen Verhaltens durchsetzen – kann eigene Interessen im Sinne eines Gesamtziels zurückstellen und entsprechend handeln – kann Distanz zur Gruppe und persönliche Identität wahren – (z.B. ist trotz der Ablehnung eigener Vorstellungen durch die Gruppe noch gewillt, an der Gesamtaufgabe mitzuarbeiten)	– kann die spezifischen Formen des Zuspiels und der Ballannahme beschreiben und in spielnahen Übungsformen demonstrieren – kann die Fortbewegungen mit dem Ball (Dribbling) beschreiben und vorzeigen – kann eine Tor-schuss/Torwurf-bzw. Korbwurf-technik beschreiben und vorzeigen.	– kann die wichtigsten Regeln der drei Sport-spiele im Spiel erklären und einhalten – kann im Rahmen einer Spielbeobachtung die Einhaltung der Regeln beurteilen

AUFGABE 1: TEAMBILDUNG

(SOZIALKOMPETENZ)

AUFGABENSTELLUNG:

Bildet für ein Basketballturnier gleich gute Mannschaften, damit der nachfolgende Wettkampf möglichst spannend und ausgeglichen ist!

- Bei weniger als 16 Schüler/innen: Drei Teams mit 4 oder 5 Spieler/innen je Mannschaft. (Team A, B, C)
- Bei 16 bis 28 Schüler/innen: Vier Teams mit 4 bis 7 Spieler/innen. (Team A, B, C, D)
- Bei mehr als 28 Schüler/innen: Sechs Teams mit mindestens 4 Spieler/innen je Mannschaft. (Team A, B, C, D, E, F)

EVALUIERUNG durch Lehrperson

- Führen Sie bitte Ihre Evaluierung mittels Beobachtungsbogen (*Aufgabe 1: Teambildung – Beobachtungsbogen Lehrer/in*) durch. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit vorrangig auf das Kommunikations- und Kooperationsverhalten der Schülerinnen und Schüler.
- Notieren Sie Beginn und Ende des Zeitraums, der für die Teambildung benötigt wird. Wenn innerhalb von 5 Minuten keine Lösung gefunden wird, geben Sie die Einteilung der Mannschaften vor.
- Kreuzen Sie bitte jeweils die Eigenschaften des Teambildungsprozesses an.
- Beschreiben Sie die Methode der Gruppenbildung jeweils in Stichworten.
- Bewerten Sie nach Schulnoten die Stärken der Teams und fügen Sie allenfalls Notizen ein.

Zu Aufgabe 1: Teambildung (Beobachtungsbogen Lehrer/in)

Teambildung - benötigte Zeit
Beginn: _____ Ende: _____
Abbruch nach 5 Minuten: Ja ☐ Nein ☐

Teambildungsprozess (Lehrer/in)																																											
• <i>Welche Eigenschaften waren für den Prozess des Teams kennzeichnend?</i>																																											
laut/emotional	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	ruhig/sachlich																																									
geführt	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	demokratisch																																									
an Cliques orientiert	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	an Aufgaben orientiert																																									
• <i>Wendete die Gruppe eine bestimmte Methode bzw. Strategie an?</i> Ja ☐ Nein ☐																																											
• <i>Wenn ja, beschreiben Sie diese bitte in Stichworten:</i> _____ _____																																											
• <i>Konnte die Mannschaft eine selbständige Entscheidung treffen oder wurde Hilfe von außen benötigt?</i>																																											
nicht selbständig	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	selbständig																																									
• <i>Sind die Teams ausgeglichen?</i>																																											
ausgeglichen	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	nicht ausgeglichen																																									
• <i>Bewerten Sie durch Ankreuzen die Spielstärke des Teams (Noten).</i>																																											
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td>A</td><td>B</td><td>C</td><td>D</td><td>E</td><td>F</td></tr> </table>	1							2							3							4							5								A	B	C	D	E	F	Notizen:
1																																											
2																																											
3																																											
4																																											
5																																											
	A	B	C	D	E	F																																					

AUFGABE 2: TECHNIK und TAKTIK

(SOZIALKOMPETENZ / FACHKOMPETENZ)

AUFGABENSTELLUNG:

Führt ein Basketballturnier durch, bei dem euer/eure Lehrer/Lehrerin die Spielleitung übernimmt!

- Spieldauer: 5 bis 7 min jeweils.
- Spielplan:

< 16 Schüler/innen	16 – 28 Schüler/innen	> 28 Schüler/innen
A gegen B A gegen C B gegen C	A gegen B C gegen D	A gegen B C gegen D E gegen F

EVALUIERUNG durch die Lehrperson

- Mit dieser Aufgabe soll überprüft werden, ob die Schüler/innen die Techniken Dribbeln, Passen und Fangen im Spiel umsetzen können.
- Weiter soll erhoben werden, ob sie die Taktik der Mann-gegen-Mann-Deckung anwenden können (*Aufgabe 2: Technik- und Taktikanwendung - Beobachtungsbogen Lehrer/in*).

EVALUIERUNG durch die Schüler/innen

- Die Schüler/innen jener Mannschaften, die während der Aufgabe 2 Spielpausen haben, sollen jeweils selbstständig den Teambildungsprozess mit Hilfe eines Fragebogens (*Aufgabe 1: Teambildung Fragebogen Schüler/innen*) bewerten.

Zu Aufgabe 2: Technik- und Taktikanwendung (Beobachtung Lehrer/in)

Technik- und Taktikanwendung				
• Tragen Sie bitte die Zahl der Spieler/innen bei der entsprechenden Könnensstufe ein?				
	passend	eher passend	eher nicht passend	unpas- send
Dribbeln				
Passen				
Fangen				

Könnensstufen

	gut	eher gut	eher schlecht	schlecht
Dribbeln	– kann situativ variabel dribbeln – kann Spieler umgehen – kann den Ball gut schützen	– verliert selten den Ball – kann ausweichen – in schwierigen Situationen etwas unsicher	– verliert den Ball manchmal (z.B. beim Ausweichen) – kann den Ball vor Gegnern nicht schützen	– verliert den Ball häufig – kann nicht ausweichen – dribbelt zu hoch – kann den Ball nicht schützen
Passen	– Pässe kommen sicher an – wendet verschiedene Passarten situationsgemäß an	– Pass kommt meist an	– Pass kommt öfter schlecht an – Bälle werden teilweise abgefangen	– Pass verfehlt Mitspieler häufig – Pässe werden oft abgefangen
Fangen	– kann auch schlechten Pass annehmen – kann Bälle abfangen	– kann Ball fangen	– kann Ball manchmal nicht fangen	– kann häufig nicht fangen

Zu Aufgabe 1: Teambildung (Fragebogen Schüler/innen)

Teambildungsprozess (Schüler/innen)						
Fülle den Fragebogen bitte selbständig aus. Die Bewertung soll unbedingt ohne Beeinflussung durch Mitschüler/innen erfolgen. • <i>Kreuze bitte jeweils an, wie die Teambildung nach deiner Meinung abgelaufen ist.</i>						
laut/emotional	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	ruhig/sachlich				
geführt (jemand hat das Kommando übernommen)	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	demokratisch (Abstimmung, Meinungen wurden gehört)				
an Cliques orientiert (nach Sympathie, Freundschaft)	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	an Aufgaben orientiert (nach Spielstärke)				
Bewerte bitte nun die die Teams. • <i>Sind die Teams ausgeglichen?</i>						
ja	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	nein				
• <i>Bewerte bitte durch Ankreuzen die Spielstärke des Teams (Noten).</i>						
1	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	A	B	C	D	E	F

AUFGABE 3: KOOPERIEREN und REGELANWENDUNG

(SOZIALKOMPETENZ / FACHKOMPETENZ)

AUFGABENSTELLUNG:

Führt das Basketballturnier in gleicher Weise noch einmal durch, diesmal aber ohne Schiedsrichter. Unterbrecht das Spiel bei Regelverstößen und einigt euch jeweils auf die entsprechend korrekte Ahndung.

- Spieldauer: 5 bzw. 7 min je Spiel
- Spielplan: Siehe oben

EVALUIERUNG Lehrperson

- In diesem Stundenteil soll überprüft werden, ob die Schüler/innen ihr Regelwissen einhalten und anwenden können (*Aufgabe 3: Kooperieren und Regelanwendung - Beobachtungsbogen Lehrer/in*).
- Darüber hinaus soll festgestellt und bewertet werden, wie sie sich in einem Konfliktfall verhalten.

EVALUIERUNG durch die Schüler/innen

- Die Schüler/innen jener Mannschaften, die während der Aufgabe 3 Spielpause haben, sollen jeweils selbstständig die Pass- und Fangtechniken der jeweils anderen Mannschaften (*Aufgabe 2: Technik- und Taktikanwendungen-Beobachtungsbogen Schüler/innen*) bewerten.

Zu Aufgabe 3: Regeleinhaltung und Spielleitung (Beobachtung Lehrer/in)

Regeleinhaltung und Spielleitung		
Spiel: _____	Team: _____	Endstand: _____
REGELVERSTÖSSE		
Führen Sie bitte eine Strichliste. Beachten Sie, dass Sie für folgende Regelverstöße jeweils nur einen Strich eintragen: Out, Schritte, Doppeldribbling, Fouls. Statt eines Striches können Sie auch den Anfangsbuchstaben (zB F für Foul) eintragen.		
Tatsächlicher Regelverstoß		
Übersehen bzw. nicht angezeigt		
Angezeigt, Spiel läuft aber weiter		
Angezeigt, unterbrochen, Ahndung richtig		
Angezeigt, unterbrochen, Ahndung falsch		
Kein Regelverstoß		
Irrtümlich angezeigt, Spiel läuft weiter		
Angezeigt, unterbrochen, Ahndung richtig		
Angezeigt, unterbrochen, Ahndung falsch		
Angezeigt, unterbrochen, Irrtum erkannt		
KONFLIKTLÖSUNG		
Wie wurden Konflikte gelöst?		
laut, emotional	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	ruhig, sachlich
nicht selbständig	☐ ☐ ☐ ☐ ☐	selbständig
Notizen: _____ _____ _____		

Zu Aufgabe 2: Technikanwendung (Beobachtungsbogen Schüler/innen)

PASSEN und FANGEN	
• <i>Beobachte die Spieler/innen der anderen Mannschaften beim Passen und bewerte sie mittels Strichliste.</i>	
PASSEN	
Ball kommt an	
Ball kommt nicht an	
FANGEN	
Ball wird gefangen	
Ball wird nicht gefangen	

9 Anhang

Das auf Seite 14 dargestellte Kompetenzmodell wird an dieser Stelle in „gedrehter“ Form dargestellt.

Die Handlungsdimension (SELBST-, SOZIAL-, METHODEN- und FACHKOMPETENZ) bildet dabei die Zeilenebene und die Inhaltsdimension (LEHRSTOFFBEREICHE des FACHLEHRPLANS) die Spaltenebene der Tabelle.

Diese Darstellung soll Personen unterstützen, in einem ersten Schritt die Handlungsdimensionen in den Focus der Aufmerksamkeit zu stellen und in zweiter Linie erst die Inhaltsdimension zu betrachten.

KOMPETENZMODELL Sekundarstufe I und II			Alg. sportmot. Fähigkeiten	Turnen	Leichtathletik	Schwimmen	Sportspiele	Gymnastik, Akrobatik, Tanz	Roll- u. Gleit-sportarten	Zweikämpfe	Weitere Sportarten
			SPIELEN + LEISTEN + GESUNDHEIT + GESTALTEN + ERLEBEN								
SELBST-KOMPETENZ	KÖRPERBEZOGEN Wahrnehmen – Einschätzen – Nutzen	WOLLEN									
	KOGNITIONS- und SOZIALBEZOGEN Bewegen – Reflektieren – Sinn herstellen										
	EMOTIONSBEZOGEN Erleben – Wahrnehmen – Regulieren										
SOZIAL-KOMPETENZ	REGELN und FAIRNESS Kennen – Einhalten – Verändern	+									
	KOMMUNIKATION und KOOPERATION Denken – Sprechen – Handeln										
	AUFGABEN, ROLLEN und LEITEN Verstehen – Übernehmen – Reflektieren										
METHODEN-KOMPETENZ	LERNEN LERNEN Interesse wecken – Lernkompetenz entwickeln	WISSEN									
	PLANUNG und ORGANISATION Vereinbaren – Umsetzen – Kontrollieren										
	SICHERHEIT und GESUNDHEIT Wahrnehmen – Einschätzen – Handeln										
FACH-KOMPETENZ	KONDITIONELLE und KOORDINATIVE FÄHIGKEITEN	+									
	SPORTARTSPEZIFISCHES KÖNNEN und WISSEN										
	SPORTARTÜBERGREIFENDES KÖNNEN und WISSEN										

10 Literatur

BMUKK (2013). Bildungsstandards.

<http://www.bmukk.gv.at/schulen/unterricht/ba/bildungsstandards.xml>.

Zugriff vom 3.2.2013.

Conzelmann, A., Schmidt, M. & Valkanover, S. (2011). Persönlichkeitsentwicklung durch Schulsport. Theorie, Empirie und Praxisbausteine der Berner Interventionsstudie Schulsport (BISS). Bern: Huber.

Erpenbeck, K. & von Rosenstiel, L. (2003). (Hrsg.) Handbuch der Kompetenzmessung. Stuttgart: Schäffer-Poeschel.

Feindt, A. & Meyer, H. (2010). Kompetenzorientierter Unterricht. Die Grundschulzeitschrift, 237, S. 29-33.

Fritz, U. & Staudecker, E. (2010). Bildungsstandards in der Berufsbildung – Kompetenzorientiertes Unterrichten. Wien 2010. Manz Verlag

Fritz, U. et al. (2011). Kompetenzorientiertes Unterrichten. Grundlagenpapier, Stand: Jänner 2011. Wien: Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur (Eigen-druck).

Gissel, N. (2009). Vom „erziehenden“ zum „kompetenzorientierten“ Unterricht. Sportpraxis, 3+4, S. 6-15.

Gogoll, André: Sport- und bewegungskulturelle Kompetenz. In: Zeitschrift Sportpädagogik, 5/2011, S.46.

Klieme, E. et al. (2003). Expertise zur Entwicklung nationaler Bildungsstandards. Bonn: Bundesministerium für Bildung und Forschung.

Kurz, D. (2008): Der Auftrag des Schulsports. Sportunterricht 57, 7, 211-218.

Kurz, D. et al. (2008). Der MOBAQ-Ansatz als Konzept für Mindeststandards für den Sportunterricht? In V. Oesterhelt et al. (Hrsg.), Sportpädagogik im Spannungsfeld gesellschaftlicher Erwartungen, wissenschaftlicher Ansprüche und empirischer Befunde. (Schriften der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft, 175, S. 97-106). Hamburg: Czwalina.

Stibbe, G. (2011). Standards, Kompetenzen und Lehrpläne im Fach Sport – Einführung. In G. Stibbe (Hrsg.), Standards, Kompetenzen und Lehrpläne. Beiträge zur Qualitätsentwicklung im Sportunterricht (S. 11-15). Schorndorf: Hofmann.

Sygyusch, R. (2007). Psychosoziale Ressourcen im Sport. Ein sportartenorientiertes Förderkonzept für Schule und Verein. Schorndorf: Hofmann.

Ziener, G. (2006). Bildungsstandards in der Praxis. Kompetenzorientiert unterrichten. Seelze-Velber: Kallmeyer.