

Übersicht über die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen in der Einführungsphase

Inhaltsfelder a - f	<u>Sachkompetenz:</u>	<u>Methodenkompetenz:</u>	<u>Urteilskompetenz:</u>
Bewegungsstruktur und Bewegungsklernen (a) Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. 	<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> • den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.
Bewegungsgestaltung (b) Gestaltungskriterien	<ul style="list-style-type: none"> • Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. 	<ul style="list-style-type: none"> • eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.
Wagnis und Verantwortung (c) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	<ul style="list-style-type: none"> • den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. 	<ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. 	<ul style="list-style-type: none"> • den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.
Leistung (d) Trainingsplanung und -organisation	<ul style="list-style-type: none"> • allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, • unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. 	<ul style="list-style-type: none"> • einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). 	<ul style="list-style-type: none"> • ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.
Kooperation und Konkurrenz (e) Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. 	<ul style="list-style-type: none"> • sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). 	<ul style="list-style-type: none"> • die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.
Gesundheit (f) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	<ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. 	<ul style="list-style-type: none"> • sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. 	<ul style="list-style-type: none"> • die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.