



Inhaltsbezogene Kompetenzen / Prozessbezogene Kompetenzen: Bewegungs-, Reflexions-, Personal-, Sozialkompetenz Klasse 9 und 10	
Curriculum Klasse 9/10	
Curriculum für alle Kompetenzen: festigen und vielfältig anwenden	
Pflichtbereich:	
<b>SPIELEN</b>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erkennen die Grundstruktur eines Spiels und sind in der Lage, aktiv an Spielen teilzunehmen, sie zu verändern und umzugestalten. Sie erweitern ihre technischen Fertigkeiten, taktischen Fähigkeiten und Regelkenntnisse und ihre Spielfähigkeit sportspielspezifisch. Sie kooperieren in homogenen und heterogenen Mannschaften, konkurrieren fair und regulieren dabei ihre Emotionen.</p> <p>In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse der Struktur von Sportspielen.</p>
<b>LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN</b>	<p>Die Schülerinnen und Schüler verfügen im Laufen, Springen und Werfen über ein erweitertes Bewegungsrepertoire, erweiterte Bewegungssensibilität und zunehmend bessere Bewegungsqualität. Sie erkennen durch die Mess- und Vergleichbarkeit leichtathletischer Aufgabenstellungen ihre Leistungsfortschritte und erfassen die Bedeutung des Übens.</p> <p>In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse des Bewegungslernens und/oder des sportlichen Trainings.</p>
<b>BEWEGEN AM GERÄT</b>	<p>Die Schülerinnen und Schüler verfügen über eine breitere Bewegungsvielfalt im Bereich der turnerischen Grundtätigkeiten und Fertigkeiten, des Freien Turnens und der Bewegungskünste (zum Beispiel Akrobatik, Parkour). Die Bewegungsausführung ist alters- und entwicklungsgemäß. Sie nehmen ihren Körper in ungewohnten Situationen und in unterschiedlichen Raumlagen wahr und sammeln besondere Erfahrungen mit der Schwerkraft, dem Gleichgewicht sowie der Höhe, wodurch sie über eine verbesserte Körperwahrnehmung und Koordination verfügen. Sie sind zunehmend in der Lage, mit wagnisreichen Bewegungsherausforderungen verantwortungsbewusst umzugehen. Durch das miteinander Agieren (zum Beispiel bei Partner- und Gruppengestaltungen oder beim gegenseitigen Helfen und Sichern) verbessern sie ihre Kooperations- und Kommunikationsfähigkeiten.</p>

	In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse des Bewegungslernens.
<b>FITNESS ENTWICKELN</b>	Die Schülerinnen und Schüler erkennen, dass ihre Fitness aktiv von ihnen beeinflusst und verbessert werden kann. Sie verstehen die Bedeutung regelmäßigen Bewegens für das eigene Wohlbefinden und eine gesunde Lebensweise. Sie erbringen alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Leistungen. Sie können ihre Leistungsfähigkeit einschätzen.  In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse des sportlichen Trainings.
<b>TANZEN, GESTALTEN, DARSTELLEN</b>	Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihre Bewegungserfahrung und vergrößern ihr Bewegungsrepertoire in Bezug auf Körperwahrnehmung und Ausdruck. Sie drücken sich über den Körper und unter Einbeziehung von unterschiedlichen Materialien rhythmisch und tänzerisch aus. Sie kooperieren bei der Entwicklung von Choreografien und sind in der Lage, diese zu präsentieren. Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistung und die von Mitschülerinnen und Mitschülern einschätzen.  In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse des Bewegungslernens.
<b>Wahlbereich:</b>	
<b>MITEINANDER/ GEGENEINANDER KÄMPFEN</b>	Die Schülerinnen und Schüler erfahren beim Kämpfen den verantwortungsvollen Umgang miteinander und das Respektieren und Einhalten von Regeln eines fairen Zweikampfs. Durch den intensiven Körperkontakt werden ihre Wahrnehmungsfähigkeit und die Bewegungserfahrung auf besondere Art und Weise erweitert. Beim Üben lernen sie gegenseitige Verantwortung und enges Kooperieren, ehe sie in Wettkämpfen konkurrieren. Sie verfügen über ein Repertoire an technisch-taktischen Lösungen in Zweikampfsituationen am Boden und im Stand.  In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse des Bewegungslernens.
<b>FAHREN, ROLLEN, GLEITEN</b>	Die Schülerinnen und Schüler beherrschen verschiedene Techniken im Umgang mit Fahr-, Roll- oder Gleitgeräten. Dies ermöglicht ihnen die verantwortungsbewusste Teilhabe an vielfältigen Freizeitangeboten. Sie gehen mit komplexen und wagnisreichen Situationen verantwortungsvoll um.  In Praxis-Theorie-Verknüpfungen erwerben die Schülerinnen und Schüler grundlegende Kenntnisse des Bewegungslernens.