



DEUTSCHE SCHULE SOFIA

НЕМСКО УЧИЛИЩЕ СОФИЯ



Schulcurriculum für das Fach Sport in der Oberstufe



Das Schulcurriculum orientiert sich an den Curricula des Landes Thüringen und gegebenenfalls auch an den Kerncurricula der KMK.

Schulcurriculum Sport Jahrgangsstufe 11

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methoden	fächerübergreifende Aktivitäten	Materialvorschläge
<p>Die Schüler/Innen können:</p> <ul style="list-style-type: none"> -die Möglichkeiten der Leistungssteigerung durch Training erklären -Grundsätze der sportgerechten Ernährung erklären -die Problematik von Drogen und Doping im Sport beschreiben -grundlegende Sachverhalte aus der Bewegungslehre erklären -die biologischen Hintergründe der Anpassungserscheinungen des Körpers nach Belastung und Erholung erklären; -die Möglichkeiten der Leistungssteigerung durch Training erklären; -die Hauptfunktionsphase eines Bewegungsablaufes nennen; -die wichtigeren Regeln der unterrichteten Sportarten wiedergeben -Bewegungsabläufe beschreiben -komplizierte Bewegungstereotypen durchführen und auswerten -Bewegungsinformationen bearbeiten, sich aneignen, auswerten und Ergebnisse in 	<p>Rücksichtsvolle Kooperation der Schüler/Innen, Teamarbeit</p> <p>Allgemeine Konditionstraining- und Übungen</p> <p>Leichtathletische Schulung</p> <p>Strategische und taktische Elemente der Ballspielarten in Spielsituationen betonen</p> <p>Gymnastik und Kraftgymnastik</p>	<p>ca.2 St.</p> <p>ca.12 St.</p> <p>ca.10 St.</p> <p>ca.19 St.</p> <p>ca. 19 St.</p>	<p>Strenge Einhaltung der wichtigsten Spielregeln in Mannschaftssportarten und Kenntnisse der marginalen Spielregeln</p> <p>diszipliniertes, Fair-Play Verhalten in der Praxis</p> <p>Anpassungsfähigkeit, Toleranz im Sport</p>	<p>Betonen der Ähnlichkeiten und Parallelitäten der unterschiedlichen Sportarten</p> <p>Betonung der adäquaten biologischen Hintergründe</p> <p>Erläuterung der physiologischen Hintergründe des bewegten Körpers</p>	<p>die nötigen Sportgeräte</p> <p>Aufmerksamkeit wecken bez. auf spezifische Webseiten mit wissenschaftlichen Beschreibungen/Kenntnisse über gesunde Lebensweise, usw. ...</p> <p>Buchvorschläge von bekannten Wissenschaftlern und Sportlern</p>

<p>angemessener Form präsentieren.</p> <ul style="list-style-type: none"> - die gymnastischen Grundformen zu einer zusammengesetzten Gymnastikübung verbinden können - am Spiel auch Strategie aufbauend teilnehmen - nach Spielsituationen Vorteile ziehend realisieren - über Erfahrungen in der Auseinandersetzung mit einem Partner oder mit den Mitgliedern größerer Mannschaften verfügen - Die bisher erworbenen spielspezifischen Fertigkeiten in verfeinerter Form ausführen; spielspezifische Handlungen 				
---	--	--	--	--

Schulcurriculum Sport Jahrgangsstufe 12

Kompetenzen	Inhalte	Zeit	Methoden	fächerübergreifende Aktivitäten	Materialvorschläge
<p>Die Schüler/Innen können:</p> <ul style="list-style-type: none"> -die Möglichkeiten der Leistungssteigerung durch Training erklären -Grundsätze der sportgerechten Ernährung erklären -die Problematik von Drogen und Doping im Sport beschreiben -grundlegende Sachverhalte aus der Bewegungslehre erklären -die biologischen Hintergründe der Anpassungserscheinungen des Körpers nach Belastung und Erholung erklären; -die Möglichkeiten der Leistungssteigerung durch Training erklären; -die Hauptfunktionsphase eines Bewegungsablaufes nennen; -die wichtigeren Regeln der unterrichteten Sportarten wiedergeben -Bewegungsabläufe beschreiben <p>- komplizierte Bewegungstereotypen durchführen und auswerten</p> <p>- Bewegungsinformationen bearbeiten, sich</p>	<p>Rücksichtsvolle Kooperation der Schüler/Innen, Teamarbeit</p> <p>Allgemeine Konditionstraining- und Übungen</p> <p>Leichtathletische Schulung</p> <p>Strategische und taktische Elemente der Ballspielarten in Spielsituationen betonen</p> <p>Gymnastik und Kraftgymnastik</p>	<p>ca.2 St.</p> <p>ca.12 St.</p> <p>ca.10 St.</p> <p>ca.19 St.</p> <p>ca. 19 St.</p>	<p>Strenge Einhaltung der wichtigsten Spielregeln in Mannschaftssportarten und Kenntnisse der marginalen Spielregeln</p> <p>diszipliniertes, Fair-Play Verhalten in der Praxis</p> <p>Anpassungsfähigkeit, Toleranz im Sport</p>	<p>Betonen der Ähnlichkeiten und Parallelitäten der unterschiedlichen Sportarten</p> <p>Betonung der adäquaten biologischen Hintergründe</p> <p>Erläuterung der physiologischen Hintergründe des bewegten Körpers</p>	<p>die nötigen Sportgeräte</p> <p>Aufmerksamkeit wecken bez. auf spezifische Webseiten mit wissenschaftlichen Beschreibungen/Kenntnisse über gesunde Lebensweise, usw. ...</p> <p>Buchvorschläge von bekannten Wissenschaftlern und Sportlern</p>

<p>aneignen, auswerten und Ergebnisse in angemessener Form präsentieren.</p> <ul style="list-style-type: none"> - die gymnastischen Grundformen zu einer zusammengesetzten Gymnastikübung verbinden können - am Spiel auch Strategie aufbauend teilnehmen - nach Spielsituationen Vorteile ziehend realisieren - über Erfahrungen in der Auseinandersetzung mit einem Partner oder mit den Mitgliedern größerer Mannschaften verfügen - Die bisher erworbenen spielspezifischen Fertigkeiten in verfeinerter Form ausführen; spielspezifische Handlungen 					
---	--	--	--	--	--