

# HANDREICHUNG zur Leistungsermittlung und Leistungsbewertung im Schulsport



**Mehrperspektivität**

**Mehrdimensionalität**

**Lernen braucht Bewegung**

2005



**HANDREICHUNG**  
**zur**  
**Leistungsermittlung und Leistungsbewertung im Schulsport**

Handreichung für Lehrer  
an Grund-, Mittel- und Förderschulen und Gymnasien sowie berufsbildenden Schulen

2005

## Impressum

Die Handreichung Sport (HR-SPORT) wurde im **August 2005** freigegeben und erarbeitet am

Sächsischen Staatsinstitut für Bildung und Schulentwicklung  
Comenius-Institut  
Dresdner Straße 78c  
01445 Radebeul

<http://www.comenius-institut.de>

in Zusammenarbeit mit

Thomas Döring	Comenius-Institut
Dr. Gunar Senf	Universität Leipzig

Wir danken folgenden Sportlehrerinnen und Sportlehrern für die Erarbeitung einzelner Lernbereiche sowie Themenbereiche:

Wilfried Fleischer	Regionalschulamt Chemnitz
Lutz Göde	Bertolt-Brecht-Gymnasium Dresden
Gundula Härtlein	Mittelschule Reichenbrand
Stefan Hoffmann	Alexander von Humboldt Gymnasium Werdau
Annett Kluge	Gymnasium Luisenstift Radebeul
Gisela Lange	Juliot-Curie-Gymnasium Görlitz
Dr. Peter Lange	Staatliches Seminar für das Höhere Lehramt an Gymnasien Leipzig
Anett Prüfer	Gebrüder-Grimm-Grundschule Chemnitz
Jens Püttner	Mittelschule Reinsdorf
René Rohac	Ferdinand-Sauerbruch-Gymnasium Großröhrsdorf

Die CD-ROM zur Handreichung wurde erstellt von

Uwe Hempel	16. Schule – Mittelschule Leipzig
Oskar-Frank Seifert	Georg-Schumann-Mittelschule Leipzig

<http://www.hr-sport.de.vu>

## HERAUSGEBER

Sächsisches Staatsministerium für Kultus  
Carolaplatz 1  
01097 Dresden

<http://www.sachsen-macht-schule.de>

## HERSTELLUNG

Stoba Druck  
Am Mart 16  
01561 Lampertswalde

<http://www.stoba-druck.de>

Stoba-Druck@t-online.de

Bestellnummer: 05/H 2 38 002

Die Handreichung wurde auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

---

**Inhaltsverzeichnis**

Seite

0.	Vorbemerkungen	6
1.	Anforderungen aus dem Lehrplan Sport in Sachsen	8
1.1	Lehrplanmodell - spezielle fachliche Ziele - Planungshinweise	8
2.	Leistungsermittlung und Leistungsbewertung im Sportunterricht	9
2.1	Grundsätze der Leistungsbewertung	9
2.2	Leistungsbewertung im Fach Sport	11
2.3	Lernbereichs- und Schuljahresendnote bzw. Kursnote (Sekundarstufe II)	13
2.4	Sportliches Profil im Gymnasium - Empfehlungen zur Leistungsbewertung	16
3.	Empfehlungen zur Ermittlung der Lernbereichsnote in den einzelnen Schularten	18
3.1	Leistungsbewertung im Fach Sport der Grundschule	18
	Empfehlungen zur Leistungsermittlung in ausgewählten Lernbereichen	21
3.1.1	Lernbereich: Leichtathletische Übungen	21
3.1.2	Lernbereich: Spiele und Spielformen	22
3.1.3	Lernbereich: Turnerische Übungen	23
3.1.4	Lernbereich: Gymnastisch-tänzerische Übungen	24
3.1.5	Lernbereich: Schwimmen	25
3.1.6	Lernbereich: Wintersport	25
3.2	Leistungsbewertung im Fach Sport der Mittelschule und des Gymnasiums der Klassenstufen 5 - 10	26
	Empfehlungen zur Leistungsbewertung in den Lernbereichen des Typ 1	29
3.2.1	Lernbereich: Sportspiele (Zielschussspiele/Rückschlagspiele)	29
3.2.2	Lernbereich: Leichtathletik	32
3.2.3	Lernbereich: Turnen	34
3.2.4	Lernbereich: Gymnastik/Aerobic/Tanz	37
3.2.5	Lernbereich: Kampfsport/Zweikampfübungen	39
3.2.6	Lernbereich: Schwimmen	41
3.2.7	Lernbereich: Wintersport	43
	Empfehlungen zur Leistungsbewertung in den Lernbereichen des Typ 2	45

Inhalt		
3.2.8	Lernbereich: Fitness	46
3.2.9	Lernbereich: Wagnis	48
3.2.10	Lernbereich: Orientierungslauf (OL)	48
3.2.11	Lernbereich: Inline-Skating	50
3.3	Leistungsbewertung im Fach Sport des Gymnasiums der Jahrgangsstufen 11/12	52
3.4	Berufsbildende Schulen	54
4.	Portfolio im Sportunterricht	55
5.	Sportförderunterricht - organisatorische Hinweise	60
6.	Rechtsfragen im Schulsport	62
6.1	Rechtsfragen - Grundschule	62
6.2	Rechtsfragen - Mittelschule	63
6.3	Rechtsfragen - Gymnasium	63
6.4	Weitere Verordnungen	64
6.5	Hinweise zur Organisation des Sportunterrichts	65
6.6	Attestation - Zeugniseintragungen	65
	Literaturverzeichnis	66
Anhang 1	- Lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests/Fitnesstest	67
	Beschreibung ausgewählter Beispiele des motorischen Basistests bzw. Fitnesstests	68
Anhang 2	- Sachliche Bezugsnorm motorischer Basistest	77
Anhang 3.1	- Sachliche Bezugsnorm Leichtathletik - Grundschule	82
Anhang 3.2	- Sachliche Bezugsnorm Leichtathletik - Mittelschule/Gymnasium (Klassenstufen 5 - 10)	83
Anhang 3.3	- Sachliche Bezugsnorm Leichtathletik - Gymnasium (Jahrgangsstufen 11/12)	85
Anhang 4	- Sachliche Bezugsnorm Schwimmen - Mittelschule/Gymnasium (Klassenstufen 5 - 10)	86
Anhang 5	- Beobachtungsprotokolle	88
Anhang 6	- Qualitative Bewertung - Qualitätsmerkmale der Bewegungsausführung	90
Anhang 7	- Bewertungskriterien für das Bewerten des Sozialverhaltens	94
Anhang 8	- Planungsempfehlungen zum Lernbereich Fitness	95

---

**Inhaltsangaben zur CD-ROM**

1. Handreichung Sport (PDF)
2. Lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests
3. Sachliche Bezugsnormen (100 Punkte-Tabellen motorischer Basistest, Leichtathletik) mit Beschreibung der einzelnen Übungen/Tests
4. Interaktive Tabelle zur Notenerfassung mit Hilfe von MS Excel
5. Interaktive Tabelle zu Mehrkampfpunktberechnungen in den Bereichen Fitness/Athletik sowie Leichtathletik mit Hilfe von MS Excel
6. Informationen und Materialien zum Levelllauf
7. Hochsprungwettkämpfe mit MS Excel auswerten

## 0. Vorbemerkungen

Eine der wesentlichen Zielvorgaben der Lehrplanreform in Sachsen ist die Steigerung schulischer Qualität durch eine Veränderung der Lehr- und Lernkultur. Besonders durch die neuen Lehrpläne wird das Bedingungsgefüge für Unterricht an sächsischen Schulen verändert. Durch die stärkere Einbeziehung des Schülers<sup>1</sup> als aktiv Lernenden in die schulische Arbeit werden Grundlagen für ein lebenslanges Lernen gelegt. Im Mittelpunkt stehen hierbei der Erwerb intelligenten und anwendungsfähigen Wissens, die Entwicklung von Lern-, Methoden- und Sozialkompetenz sowie die Werteorientierung.

Eine Veränderung der Lehr- und Lernkultur fordert letztendlich auch eine Reform der Bewertungskultur. Im Unterricht sollten weiterentwickelte Formen der Leistungsermittlung und Leistungsbewertung zur Anwendung kommen, wie Leistungsdiagnostik, Methoden der individuellen Förderung und Differenzierung, kooperative Sozialformen sowie eine stärkere Orientierung auf den Lernprozess.

Die vorliegende Handreichung Sport Sachsen nimmt die Impulse der neuen Lehrplangeneration mit der gegebenen Fachspezifik auf. Durch einen mehrdimensionalen Ansatz der Leistungsbewertung können die mehrperspektivisch ausgerichteten Lernziele umfassender eingeschätzt werden. Der Inhalt dieses Arbeitsmediums wird im Wesentlichen von den allgemeinen und speziellen fachlichen Zielen der Lehrpläne Sport der einzelnen Schularten bestimmt und durch didaktische Grundsätze unterlegt. Den einzelnen ausgewiesenen Lernbereichen werden Bewertungsvorschläge zugeordnet, die die Prozesse der Leistungsermittlung und Leistungsbewertung in der Schulpraxis sachbezogener, effektiver und transparenter gestalten sollen.

Neben allen territorialen, materiellen und personellen Möglichkeiten einer Schule sowie den individuellen Leistungsvoraussetzungen der Schüler steht die gerechte Bewertung von Schülerleistung im Vordergrund. Eine besondere Berücksichtigung erhält hierbei die sachliche, soziale und individuelle Dimension des Faches.

Die im Lehrplan Sport enthaltene Typisierung der Lernbereiche in der Primarstufe, Sekundarstufe I und II führt nur bedingt zu einer vorgeschriebenen Auswahl der Sportarten. Die Schwerpunktsetzung wird durch die Fachkonferenz Sport festgelegt. Damit kann eine Sportartenprofilierung einer Schule erstellt werden. Jede Fachlehrkraft bestimmt im Rahmen dieser Beschlüsse die individuellen didaktischen und methodischen Möglichkeiten bei der Unterrichtsgestaltung. Der sich hieraus ergebende neue pädagogische Freiraum ist mit besonderer Verantwortung auszufüllen und in Unterrichtsqualität umzusetzen.

Alle in der Handreichung Sport Sachsen dargestellten Positionen stellen für Lehrer aller Schularten einen Orientierungsrahmen für die Bewertung von Schülerleistungen dar. Hierbei sind die Möglichkeiten zu prüfen, inwieweit Formen der Selbst- und Mitbewertung durch Schüler den Prozess der Leistungsbewertung ergänzen können.

Besonders möchten wir uns bei Herrn Lutz Göde bedanken, der die Handreichung inhaltlich vorbereitet und die Erprobung der Tests organisiert hat. Die in den entsprechenden Tabellen aufgeführten Richtwerte für die Benotung der motorischen Basistests und der leichtathletischen Übungen basieren auf dieser Erprobung und spiegeln das aktuelle Leistungsniveau sächsischer Schüler wider. Durch die hohe Anzahl einbezogener Schüler konnte für jeden einzelnen Test eine statistische Absicherung der Werte erreicht werden. Allen beteiligten Lehrern und natürlich den Schülern danken wir für ihre Hilfe bei der Datenerhebung und den Studierenden der Universität Leipzig für ihre Mitarbeit bei der Auswertung.

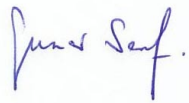
---

<sup>1</sup> Die Bezeichnungen Schüler bzw. Lehrer werden in der Handreichung allgemein für Schülerinnen und Schüler bzw. Lehrerinnen und Lehrer gebraucht.



Bei der Erstellung dieser Handreichung konnten die Autoren auf Materialien anderer Bundesländer zurückgreifen. Für die freundliche Unterstützung einen herzlichen Dank an

- das Thüringer Institut für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien in Thüringen (Thillm),
- das Landesinstitut für Lehrerfortbildung, Lehrerweiterbildung und Unterrichtsforschung in Sachsen-Anhalt (LISA)
- das Pädagogische Zentrum Rheinland-Pfalz
- das Berliner Landesinstitut für Schule und Medien (LISUM Brandenburg) sowie
- das Landesinstitut für Schule Nordrhein-Westfalen.



Dr. Gunar Senf



Thomas Döring

## **1. Anforderungen aus dem Lehrplan Sport in Sachsen**

### **1.1 Lehrplanmodell - spezielle fachliche Ziele - Planungshinweise**

Die Lehrpläne Sport der einzelnen Schularten in Sachsen werden durch die Zielvorgabe bestimmt Handlungsfähigkeit im und durch Sport zu entwickeln. Sie orientieren sich an der Zieltrias „Wissen, Kompetenzen und Werteorientierung“. Von dieser Zieltrias ausgehend werden allgemeine und spezielle fachliche Ziele im Lehrplan ausgewiesen. Letztere gelten als Niveaukriterien, für den zu erreichenden Leistungsstand der Schüler zum Ende der Klassen- bzw. Jahrgangsstufen 2, 4, 7, 10 und 12.

In der Handreichung Sport werden den Lernbereichen tabellarisch und schulartspezifisch Bewertungsvorschläge zugeordnet, die die Stufenspezifität und die gegebenen fachlichen Ziele berücksichtigen. Allgemein wird darauf verwiesen, dass Bewertungskriterien, die zur Leistungsbewertung von Schülerleistung im Sport ausgewählt werden, diesen gesetzten Zielvorgaben entsprechen müssen.

Innerhalb der Primarstufe und der Sekundarstufen I und II ist zum Erreichen der speziellen fachlichen Ziele eine mittelfristige Jahresplanung innerhalb der Fachkonferenz zur Auswahl der Lernbereiche zu erstellen. Diese muss den lehrplanspezifischen Planungsvorgaben der einzelnen Schularten entsprechen. Eine besondere Berücksichtigung sollten hierbei die Lernbereiche Schwimmen und Wintersport aus Typ 1 sowie alle Lernbereiche aus Typ 2 finden. Hierzu enthalten die Sportlehrpläne der einzelnen Schularten Planungsvorgaben oder Planungsbeispiele. Bei der Auswahl der klassenstufenübergreifenden Lernbereiche ohne gesetzte Niveaukriterien ist auf einen kontinuierlichen Könnenszuwachs zu achten.

Lernbereiche können unter einem erweiterten mehrperspektivischen Ansatz wiederholt unterrichtet bzw. Inhalte vertieft werden. Dadurch ist es möglich den Leistungszuwachs in der gegebenen Klassenstufe zu optimieren.

Die Sportstunden sind in der Regel in den Klassenstufen 1 - 10 als Einzelstunde über die Wochentage zweckmäßig zu verteilen. Eine Sportstunde pro Woche kann entsprechend den konkreten Bedingungen und den Inhalten auch in variablen organisatorischen Formen verwendet werden: (siehe Lehrpläne Sport der einzelnen Schularten)

- als ganzjähriges wahlobligatorisches Angebot
- als gesammelte Stunden, um trotz Wegzeiten örtliche Möglichkeiten zu nutzen und den Schülern den Zugang zum Sporttreiben in der Freizeit zu erleichtern (z. B. Park, Wald, Schwimmbad, Sportstätten vom Verein)
- als zusammenhängendes Angebot auch in Verbindung mit Landheimaufenthalten, Exkursionen, Projekten (z. B. Wintersport, Wandern, Orientierungslauf, Touristik, Schwimmen, Inline-Skating)

Die Planung der Lernbereiche in der Sekundarstufe II sollte sich verstärkt an den Schülerinteressen sowie materiellen und personellen Voraussetzungen der Schule orientieren. Die Lernbereiche des Grundkurses können über mehrere Kurshalbjahre verteilt werden. Der Leistungskurs ist mit der vorgeschriebenen Anzahl an Unterrichtsstunden für die Sportpraxis und der Sporttheorie gleichmäßig über die Kurshalbjahre zu verteilen (siehe Lehrplan Sport Gymnasium).

In Klassen- oder Jahrgangsstufen, in welchen das Fach Sport prüfungsrelevant ist, sollten vorgegebene Prüfungskriterien bei der Auswahl der Lernbereichs- und Unterrichtsschwerpunkte ihre Berücksichtigung finden.

## 2. Leistungsermittlung und Leistungsbewertung im Sportunterricht

### 2.1 Grundsätze der Leistungsbewertung

Die Weiterentwicklung der Bewertungskultur und die damit verbundene Neubestimmung der Prinzipien der Leistungsermittlung und Leistungsbewertung orientieren sich an den Intentionen der neuen sächsischen Lehrpläne. Diese basieren in Bezug auf Bewertung von komplexer schulischer Leistung auf einem erweiterten Leistungsverständnis.

Im pädagogischen Sinne ist Leistung als individuell aufgebrachte Anstrengung des Schülers in Lernsituationen und im Kontext des Entstehungszusammenhangs zu verstehen. Der Begriff **Leistung** beschreibt zugleich das Produkt der absichtsvollen Handlung und ist nicht losgelöst von dem **Leisten** als hinführenden Prozess zu verstehen (siehe KÖCK/OTT 2002).

**Sportliche Leistung** ist die „Einheit von Vollzug und Ergebnis einer sportlichen Handlung“ (nach SCHNABEL u. a. 2003).

Ein solches Leistungsverständnis umfasst unterschiedliche Komponenten (siehe SACHER, 2004), die zueinander in vielfältigen Beziehungen stehen und aus sportspezifischer Sicht folgenden Dimensionen zugeordnet werden können:

#### sachliche Dimension:

- fachlich-inhaltliche (sportmotorische) Leistungen :
  - Einschätzen des Entwicklungsstandes und Verbessern sportmotorischer Fähigkeiten (motorischer Basistest)
  - Entwickeln sportartspezifischer Fertigkeiten (Technikerwerb)
- methodisch-strategische (sportorganisatorische) Leistungen:
  - Anwenden sportmotorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten in sportspezifischen Situationen (z. B. Demonstrationsfähigkeit, Spielfähigkeit, unter Wettkampfbedingungen)
  - Erwerben und Anwenden sportbezogenen Wissens (z. B. Bewegungscharakteristika, Fachtermini)

#### soziale Dimension:

- sozial-kommunikative (soziokulturelle) Leistungen:
  - Positionieren zu den Werten des Sports (Kritik, Selbstkritik, Argumentieren, Erklären, Begründen)
  - Entwickeln sportgerechten und sozialen Handelns (z. B. Verhalten des Einzelnen in der Gruppe)
  - Kooperieren und miteinander in den Wettbewerb treten, Fairness
  - Mitgestalten von Unterricht (Helfen/Sichern)
  - Beweisen mittels sportbezogenen Wissens

#### individuelle Dimension:

- persönliche (sportlich-individuelle) Leistungen:
  - Entwickeln von Leistungsbereitschaft
  - Bewerten und Einschätzen von Lernfortschritt und Leistungszuwachs
  - Entwickeln von Konzepten zur Leistungsverbesserung

Das pädagogisch-sportliche Leistungsverständnis setzt auf offenes, stärker individuelles und kooperierendes Lernen und bindet das Bewerten von Leistungen in den Prozess des Lernens, Korrigierens und Beratens ein, befördert durch Kommunikation und Transparenz (siehe WINTER 2004, JÜRGENS 2000).

Leistungsermittlung und Leistungsbewertung haben vielfältige **Funktionen**. Sie

- geben Rückmeldung zum individuellen Lernstand,
- sind Grundlage für die individuelle Förderung,
- sind Entscheidungshilfe im Hinblick auf die Schullaufbahn (Versetzungen, Wahl des Bildungsganges),
- geben Informationen über den Lernstand des Schülers bzw. einer Klasse/Gruppe,
- geben Aufschluss über die Wirksamkeit des Unterrichts.

Leistungsermittlung und Leistungsbewertung dienen nicht der Schülerdisziplinierung oder der Legitimierung von Unterrichtsinhalten.

Ermitteln und Bewerten von Leistungen setzen **Kriterien** voraus, die sich grundsätzlich an folgenden **Bezugsnormen** ausrichten:

**sachliche Bezugsnormen:** legen die inhaltlichen, auf den Lerngegenstand bezogenen Anforderungen fest und sind damit gruppenunabhängig.

**soziale Bezugsnormen:** setzen die Schülerleistung ins Verhältnis zur Leistung der gesamten Lerngruppe, dessen Mitglied der Lernende ist.

**individuelle Bezugsnormen:** beziehen sich auf den Lernfortschritt des einzelnen Schülers.

In der Praxis der Leistungsbewertung werden die Bezugsnormen in der Regel kombiniert. Alle Bezugsnormen können situativ in den Prozess der Bewertung innerhalb der sachlichen, sozialen und individuellen Dimension zur Anwendung kommen.

Insgesamt müssen Leistungsermittlung und Leistungsbewertung zu einem größeren Repertoire an Kriterien und deren Anwendung auf Leistungen unterschiedlicher Art führen. Die Transparenz von **Bewertungskriterien** schafft Voraussetzungen für die Entwicklung von Lern- und Arbeitsarrangements mit wachsender Eigenverantwortlichkeit und Selbstregulierung. Der **Bewertungsmaßstab** für den jeweiligen Erfüllungsgrad der Kriterien ist im Falle von Noten in den Schulordnungen definiert.

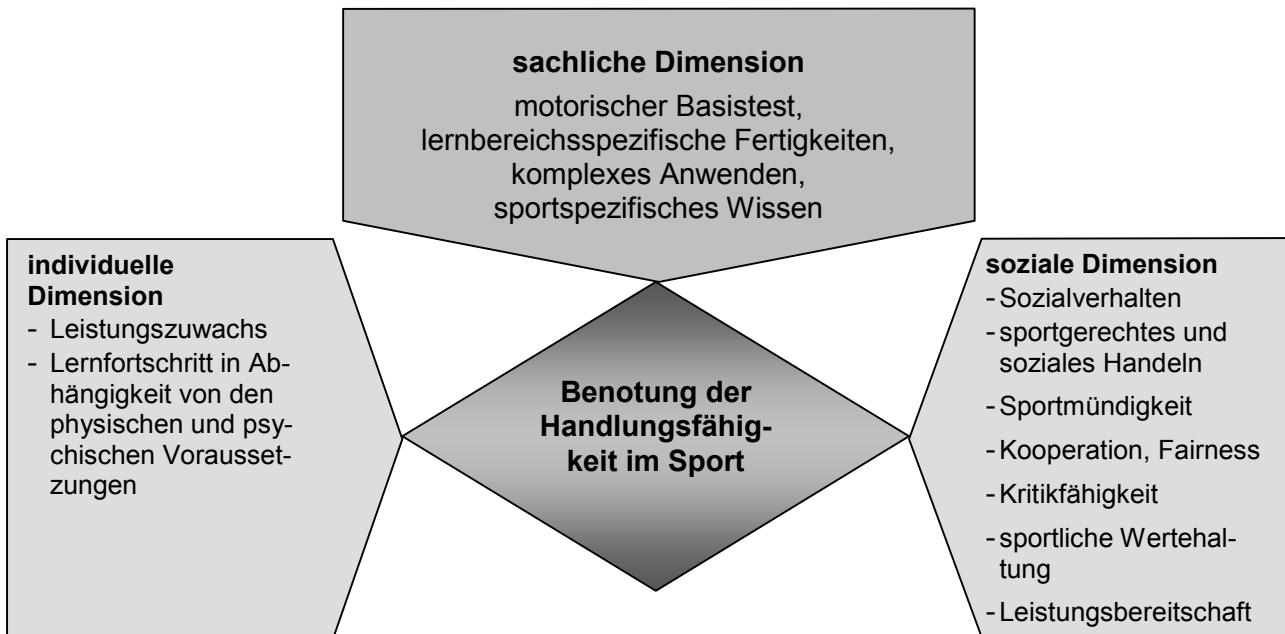
Im Sächsischen Schulgesetz vom 16.04.2004 wird im § 62 Absatz 1 eine Aussage zu den Schul- und Prüfungsordnungen der einzelnen Schularten, insbesondere zu Bewertungsmaßstäben, getroffen.

In den Schulordnungen der einzelnen Schularten werden spezielle Hinweise zur Leistungsbewertung gegeben. Die Inhalte mit sportspezifischer Relevanz werden nur als Auszug dargestellt und können unter den einzelnen Verordnungen nachgeschlagen werden (siehe 6.)

## 2.2 Leistungsbewertung im Fach Sport

Die Leistungsbewertung im Fach Sport ist ein pädagogischer Prozess und erfordert eine gewichtete Berücksichtigung des Verlaufs der individuellen Lernentwicklung des Schülers in Bezug auf Wissenserwerb, Kompetenzentwicklung und Werteorientierung.

Die Einschätzung des Entwicklungsstandes der Handlungsfähigkeit des Schülers im Sport ist auf folgende Dimensionen mehrperspektivisch auszurichten:



Mit der Bewertung von Schülerleistungen werden qualitative Aussagen zur individuellen Lernentwicklung getroffen. Durch die Benotung wird der Leistungsstand des Schülers gekennzeichnet.

Die **gerechte** Leistungsbewertung im Sport ist von der Beachtung der individuellen Dimension abhängig. Die psychischen und physischen Voraussetzungen des Schülers sind zu berücksichtigen. Durch einen leistungsdifferenzierten Unterrichtsansatz, differenzierte Auswahl von Unterrichtsinhalten und Variieren der methodischen Herangehensweise kann das entwickelte Leistungsniveau eingeschätzt werden. Einen besonderen Stellenwert nimmt hierbei die Berücksichtigung von lernbereichsspezifischen Wahlmöglichkeiten und Streichergebnissen ein. Damit können Schüler im Fach Sport ihre Stärken einbringen und ihre Schwächen kompensieren. Zur Vergleichbarkeit und Effektivierung der gerechten Leistungsbewertung ist der Einsatz folgender Varianten möglich:

- Leistungsgruppen aufstellen, Selbsteinschätzung vornehmen;
- leistungsdifferenzierte Aufgabenstellungen einsetzen;
- Zeitpunkt der Leistungskontrollen durch Schüler bestimmen lassen;
- Wahl- und Streichergebnisse einbringen;
- Verbesserungsmöglichkeiten in Aussicht stellen;
- Schüler in die Bewertung einbeziehen;
- verlaufsorientierte und prozessorientierte Bewertung vornehmen;
- Bewertungskriterien durch Schüler erstellen lassen und auf die Gruppe übertragen.

In allen Lernbereichen ist die Betonung der sozialen Dimension möglich. Beispielsweise im Lernbereich Gerätturnen können kooperative Formen des Lernens im Bereich des Synchronturnens und der Partnerakrobatik verstärkt angesprochen werden. Hierbei empfiehlt es sich die Benotung in kooperativen Lernprozessen einzusetzen.

Kooperatives Lernen beschreibt Interaktionsformen, bei denen alle Schüler gemeinsam und im wechselseitigen Austausch sportartspezifische Fähigkeiten, Fertigkeiten und Wissen erwerben. Die Zielsetzung des Unterrichts ist an Prozess- und Produktorientierung fixiert. Dabei beteiligen sich alle Schüler am Lerngeschehen und tragen gemeinsam Verantwortung für das Lernergebnis. Der Erfolg kooperativer Lernprozesse ist abhängig von der gruppenspezifischen Übernahme von Verantwortung, der Aufgabenverteilung und termingerechten Aufgabenerfüllung, von Konfliktfähigkeit und Kommunikationsfähigkeit (Thillm, Heft 44, 2004).

Folgende Bewertungskriterien kooperativer Lernformen können zum Einsatz kommen:

- **prozessbezogene Kriterien**  
z. B. Qualität der Planung, Effizienz des methodischen Vorgehens, Fähigkeit zur Selbst- und Fremdkorrektur, Leistung des Einzelnen in der Gruppe;
- **produkt- und präsentationsbezogene Kriterien**  
Demonstrationsfähigkeit von Übungen, Qualität der Bewegungsausführung, Synchronität beim Synchronturnen, Medienkompetenz - entwickeln eigener Medien im Wissensbereich.

Die Bewertung in kooperativen Lernprozessen sollte sich an der sachlichen, sozialen und individuellen Dimension orientieren. Hierbei werden Bewertungseinheiten den verschiedenen Bewertungskriterien zugeordnet und an die Gruppenmitglieder einheitlich gegeben. Je nach Aufgabenstellung können die Kriterien individuell variieren (siehe Anhang 5).

Die Bewertungseinheiten (BE) stellen die Berechnungsgrundlage für die Note dar. Die Vergabe der BE hängt vom Ziel der jeweiligen Beobachtungsaufgabe ab. Es können alle Kriterien beobachtet werden mit gleicher Gewichtung oder ausgewählte Teilkriterien erhalten eine gesonderte Gewichtung. Pro Kriterium kann die Leistung mit einer 4er-Skala, d. h. 0 - 3 Bewertungseinheiten oder Punkten ermittelt werden (Thillm, Heft 44 2004).

3 BE:	Kriterium hervorragend umgesetzt
2 BE:	Kriterium angemessen umgesetzt, kleine Reserven
1 BE:	Kriterium in Ansätzen, mit größeren Einschränkungen umgesetzt
0 BE:	Kriterium nicht erreicht

Zur Vergleichbarkeit und Transparenz der Notengebung müssen die Schüler vor Beginn des Bewertungszeitraumes über die Auswahl der Bewertungskriterien sowie deren Gewichtung in Kenntnis gesetzt werden. Die prozessbegleitende Beobachtung erfolgt durch Schüler und Lehrer, wobei stets auf ein ausgewogenes Verhältnis zu beobachtender Kriterien und Beobachtender zu achten ist. Durch die Fachkonferenz Sport sollten Empfehlungen zur Benotung in kooperativen Lernprozessen erstellt werden, um eine lernbereichs- und klassenstufenspezifische Transparenz und Vergleichbarkeit zu gewährleisten (siehe Anhang 5 und Anhang 7).

Für die **quantitative** Bewertung und Benotung von Schülerleistungen können drei Maßstäbe angewandt werden:

I) sachliche Bezugsnorm (objektiv)

Die aus Untersuchungen größerer Schülergruppen gewonnenen Leistungswerte werden statistisch ausgewertet, tabellarisch und Punktwerten oder auch Noten/Notenpunkten zugeordnet (**siehe Anhang 2, 3, 4 - sachliche Bezugsnormen ausgewählter Sportarten bzw. siehe CD-ROM - 100-Punkte-Tabellen**). Die Tabellen beschränken sich ausschließlich auf messbare Leistungen.

Im Interesse der Vergleichbarkeit von Schülerleistungen und der Transparenz von Leistungsanforderungen sollten **Bewertungsmaßstäbe** innerhalb der Fachkonferenz festgelegt werden. Jede Sportlehrkraft trägt auch weiterhin bei der Verwendung dieser Tabellen eine pädagogische Verantwortung.

## II) soziale Bezugsnorm (intersubjektiv, Schulnorm)

Bei diesem Bewertungsverfahren wird die Leistung eines jeden Schülers in Relation zu den anderen Schülern seiner Klassenstufe gesetzt. Der Maßstab wird also von der Leistungsfähigkeit der Klassenstufe an der jeweiligen Schule bestimmt.

Durch diese Methode können die territorialen Besonderheiten der Schule, die Lernbereichsspezifika und deren Auswirkungen auf die Leistungsfähigkeit der Schüler berücksichtigt werden. Ausgangspunkt der Bewertung sollte die Leistung der besten drei Schüler sein. Die Leistungen der anderen Schüler werden den Noten prozentual in Abhängigkeit zur Leistung der besten Schüler nach folgendem Modus zugeordnet:

Quantitative Bewertung und Benotung:

prozentuale Abweichung vom Mittelwert der besten 3 Schüler = 100%			
Note 1:	bis	5 %	Normabweichung
Note 2:	bis	10 %	Normabweichung
Note 3:	bis	20 %	Normabweichung
Note 4:	bis	35 %	Normabweichung
Note 5:	bis	50 %	Normabweichung
Note 6:	über	50 %	Normabweichung

## III) individuelle Bezugsnorm (intrasubjektiv)

Bei diesem Bewertungsverfahren wird der Maßstab durch die eigene Leistung des Schülers bestimmt. Die Bewertung erfolgt aufgrund des individuellen Leistungszuwachses jedes einzelnen Schülers in einem bestimmten Zeitraum. Es wird bewertet, worauf der Schüler Einfluss nehmen kann. Die Noten können nach dem gleichen Modus wie unter 2. ermittelt werden. Alle drei Bezugsnormen sollten in Kombination und entsprechend der Schulspezifika zur Anwendung kommen.

Die Fachkonferenz legt für die quantitative Bewertung und Benotung von Schülerleistungen zu Beginn des Schuljahres einen einheitlichen und für alle Klassenstufen bzw. Jahrgangsstufen verbindlichen Bewertungsmaßstab fest.

Für die **qualitative** Bewertung und Benotung sollten Bewertungskriterien erstellt werden (siehe Anhang 6).

Die **Fachkonferenz** hat die Aufgabe verbindliche **Kriterien** für die **Leistungsbewertung** an der jeweiligen Schule zu entwickeln bzw. gegebene auf die entsprechende Schulart abzustimmen. Der sportliche Leistungsbegriff, die unterrichteten Lernbereiche und die zur Ermittlung der Lernbereichsnote festgelegten Kriterien zur Bewertung von Schülerleistung müssen Schülern und Eltern bekannt, transparent und nachvollziehbar sein.

### 2.3 Lernbereichs- und Schuljahresendnote bzw. Kursnote (Sekundarstufe II)

Die Lernbereichsnote wird in den Lernbereichen und Lernbereichen mit Wahlpflichtcharakter (GS<sup>1</sup>) sowie den Lernbereichen Typ 1 und 2 (MS/GY<sup>2</sup>) aus Teilnoten gebildet, die die Individualität und das Entwicklungsniveau der Handlungsfähigkeit des Schülers im Sport einschätzen. Die Ansprache der einzelnen Dimensionen kann sich je nach Schulart, Klassenstufe und Lernbereich unterscheiden. Es liegt in der pädagogischen Verantwortung jedes Lehrers die Dimensionen im Prozess der Bewertung flexibel zu gewichten, wobei der Schwerpunkt stärker auf die sachliche Dimension auszurichten ist.

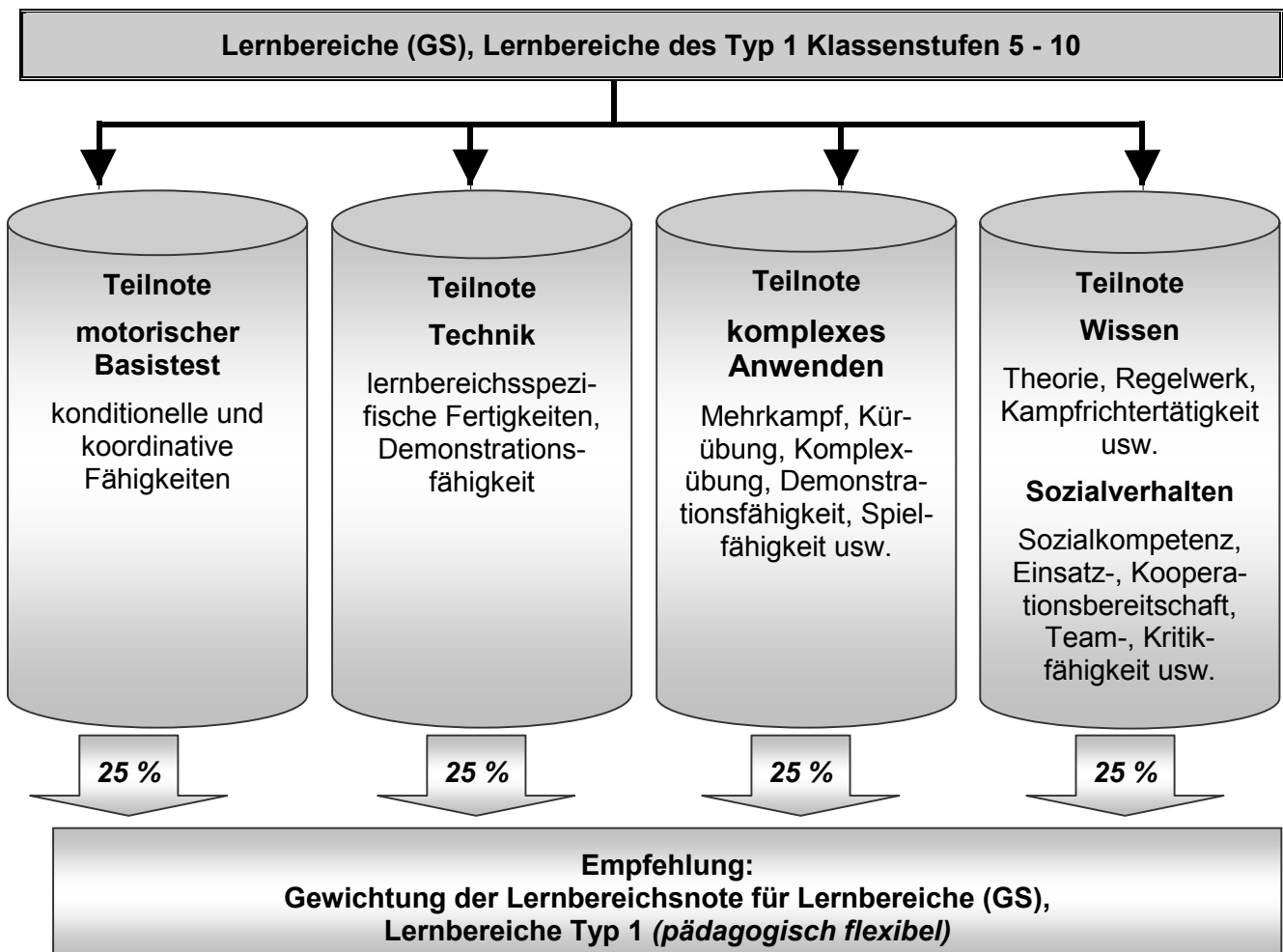
<sup>1</sup> Grundschule  
<sup>2</sup> Mittelschule/Gymnasium

Die Halbjahresnote und die Schuljahresendnote werden aus den Lernbereichsnoten des 1. bzw. 2. Schulhalbjahres mit gleicher Gewichtung gebildet. Die Auswahl der Lernbereiche und deren Benotung ist in der Fachkonferenz festzulegen. Die Bewertung eines Lernbereichs (Primarstufe und Sekundarstufe I) ohne Benotung ist zulässig (Hinweise zur Ermittlung der Kursnote Sekundarstufe II, siehe 3.3).

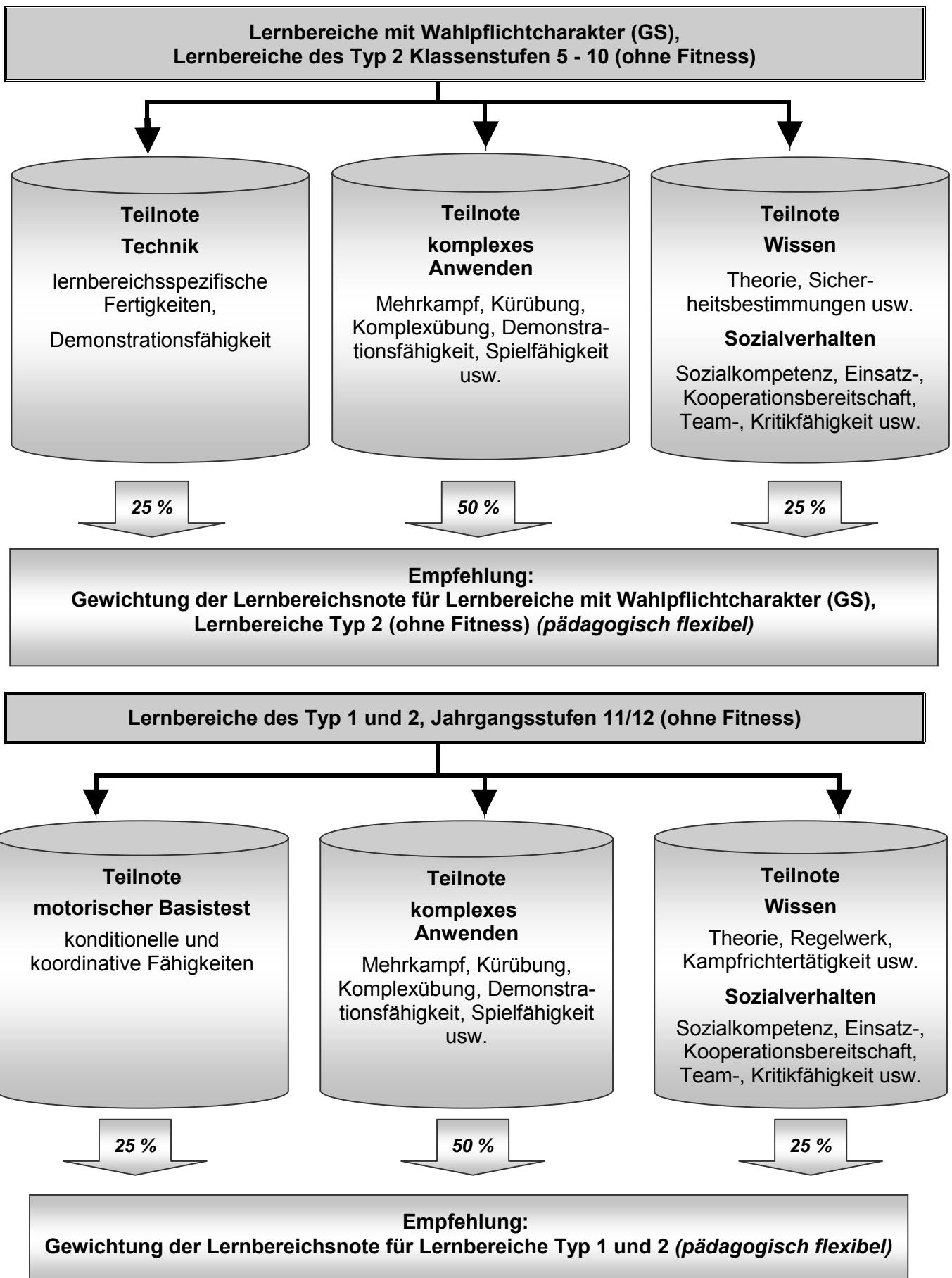
Die Leistungsbewertung im Sport ist immer im Kontext von sachlicher, sozialer und individueller Dimension zu sehen. In allen Lernbereichen korrelieren diese in unterschiedlichen Anteilen. Die Entwicklung von Wissen, Kompetenzen und Werteorientierung ist in allen Lernbereichen gesetzt. Aufgrund der unterschiedlichen inhaltlichen Schwerpunktsetzung der Lernbereichstypen ist eine veränderte Festlegung der Teilnoten und deren Gewichtung erforderlich.

Im Lernbereich Fitness wird eine gesonderte Leistungsbewertung empfohlen, da hier die sachliche Dimension bezüglich des lernbereichsspezifischen Wissens verändert zu gewichten ist.

Folgende Raster werden für die Leistungsbewertung innerhalb der Lernbereiche der jeweiligen Schularten empfohlen und sind mit speziellen Bewertungsschwerpunkten innerhalb der aufgestellten Kompetenzsäulen auszuweisen.

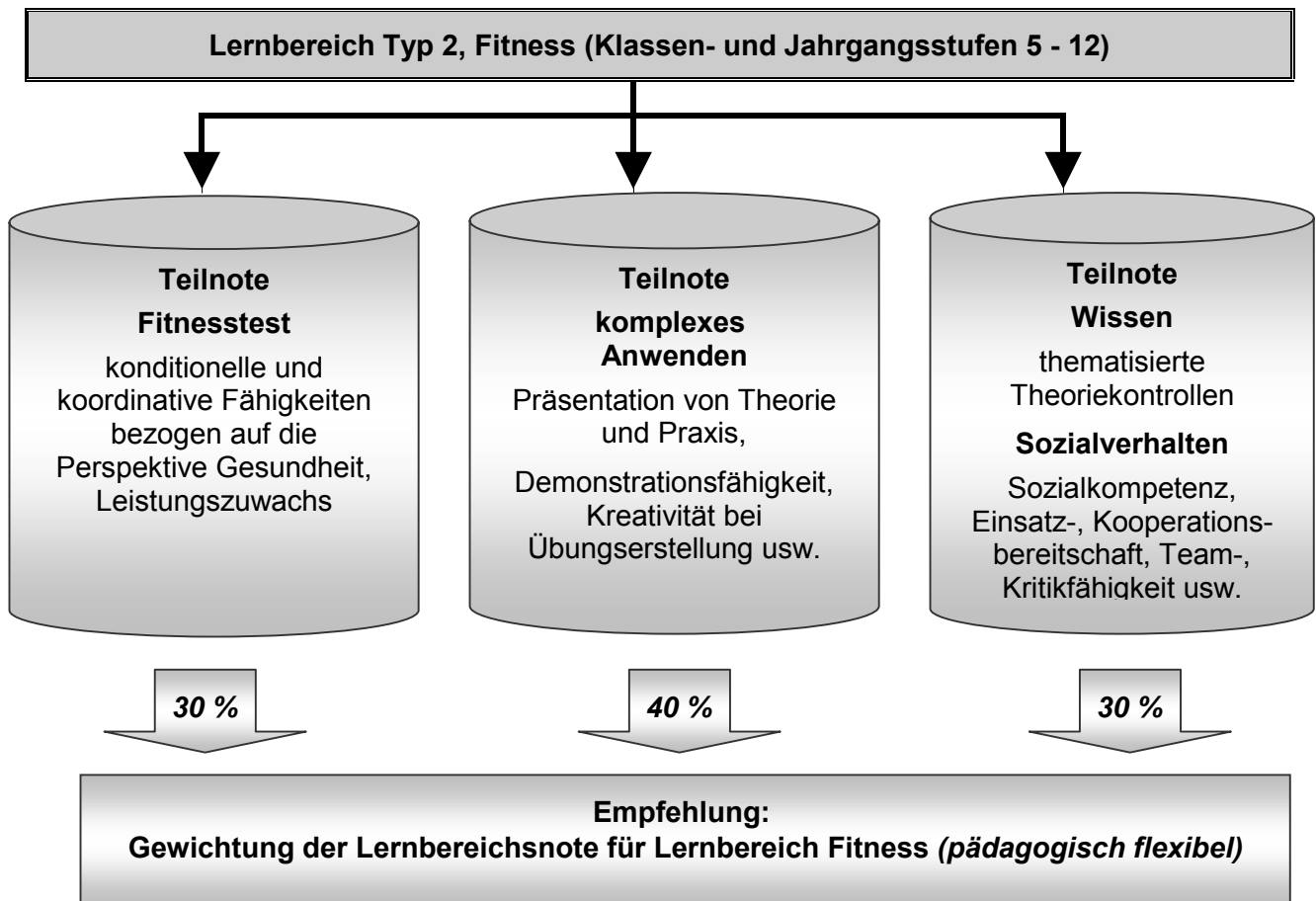






**Hinweis:**

Bei einer erstmaligen bzw. vertieften Vermittlung eines Lernbereiches sollten bei der Leistungs-  
bewertung Aspekte der Fertigungsüberprüfung mit einbezogen werden.



Die Leistungsbewertung erfolgt komplex durch die vorliegenden lernbereichsabhängigen Raster. Zur Vereinfachung dieses Prozesses ist auf der beiliegenden **CD-ROM** eine **interaktive Tabelle zur Bewertung** erstellt worden. Mithilfe dieser können schulspezifische Beschlüsse der Fachkonferenz, die Lernbereichsauswahl sowie Gewichtungen der Lernbereichsnote umgesetzt werden.

## 2.4 Sportliches Profil im Gymnasium - Empfehlungen zur Leistungsbewertung

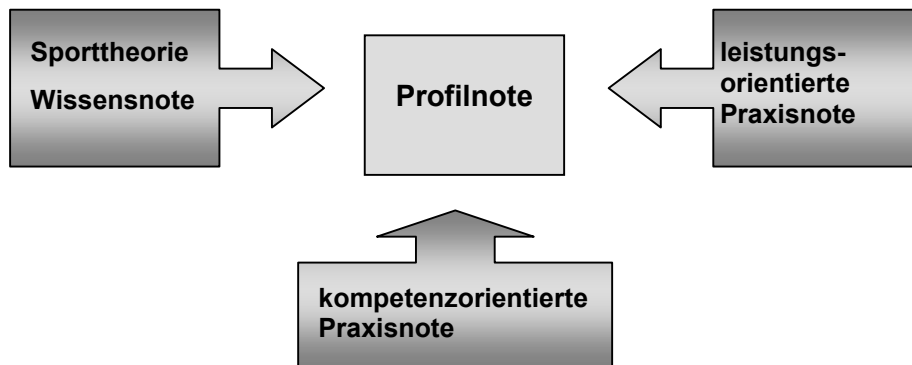
Die Leistungsbewertung im sportlichen Profil richtet sich auf die allgemeinen Ziele:

- Entwickeln von motorischen Fähigkeiten und sportspezifischen Fertigkeiten,
- Erweitern des Wissens über grundlegende Methoden von Trainingsprozessen sowie deren Anwendung in der Sportpraxis,
- Erklären sportlicher Handlungsabläufe mit Hilfe naturwissenschaftlichen Wissens,
- Entwickeln der Fähigkeit und Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit den verschiedenen Funktionen des Sports,
- Weiterentwickeln von Einsichten zu Werten des Sporttreibens

und den didaktischen Grundsätzen. Dazu heißt es im Lehrplan:

„Der sportpraktische Anteil steht im Sportlichen Profil im Vordergrund. Daher sind die Lernbereiche so geplant, dass in der Klassenstufe 8 zwei Drittel des Profilunterrichts und in den Klassenstufen 9 und 10 zwei Drittel des nichtinformatischen Anteils im Profil sportpraktischen Bezug besitzen. Die sporttheoretischen Ansätze werden möglichst in der Sportpraxis umgesetzt und deren naturwissenschaftliche Grundlagen verdeutlicht.“

Die versetzungsrelevante Schuljahresendnote im sportlichen Profil sollte sich zusammensetzen aus:



Teilnote: Sporttheorie/Wissen

- zwei Profilklassenarbeiten oder eine Profilklassenarbeit pro Lernbereich
- mindestens zwei sonstige Leistungen (LK, Stundennoten, Noten für Grafiken, Hausarbeiten, Vorträge u. Ä.) pro Schuljahr.

Teilnote: Leistungsorientierte Praxis

- mindestens zwei leistungsorientierte Noten aus der Sportpraxis (z. B. Noten aus Tests, objektiv und intersubjektiv bewertbare Zeiten, Weiten, Treffer usw.)

Teilnote: Kompetenzorientierte Praxis

- mindestens zwei kompetenzorientierte Noten aus der Sportpraxis (z. B. Stundennoten für besondere Einsatzbereitschaft, Verbesserungsnoten, Noten für Vorbereitung von Teilen des Unterrichts, besonderes „Fair play-Verhalten“, Übernahme von Verantwortung, soziale Dimension)

Verantwortlich für die Festlegung der Bewertungsmaßstäbe und Bewertungskriterien ist die Fachkonferenz des sportlichen Profils.

### **3. Empfehlungen zur Ermittlung der Lernbereichsnote in den einzelnen Schularten**

#### **3.1 Leistungsbewertung im Fach Sport der Grundschule**

Die Leistungsbewertung im Fach Sport der Grundschule ist ein pädagogischer Prozess und erfordert eine gewichtete Berücksichtigung des Verlaufs der Leistungsentwicklung des Schülers in Bezug auf Wissenserwerb, Kompetenzentwicklung und Werteorientierung (Zieltrias).

Mit der Bewertung von Schülerleistungen werden qualitative Aussagen zur individuellen Lernentwicklung getroffen. Durch die Benotung wird der Leistungsstand des Schülers allgemein gekennzeichnet.

Unter Berücksichtigung der das Fach Sport lernbereichsbestimmenden Dimensionen sollte grundsätzlich eine qualitative bzw. quantitative Aussage zur Schülerleistung getroffen werden. Folgende Dimensionen sollten zueinander in ein pädagogisch sinnvolles Verhältnis gesetzt werden und in der Leistungsbewertung Beachtung finden: (siehe 2.1)

- die sachliche Dimension
- die soziale Dimension
- die individuelle Dimension.

Für die quantitative Bewertung von Schülerleistungen sind folgende Bewertungsmaßstäbe anzuwenden (siehe 2.2).

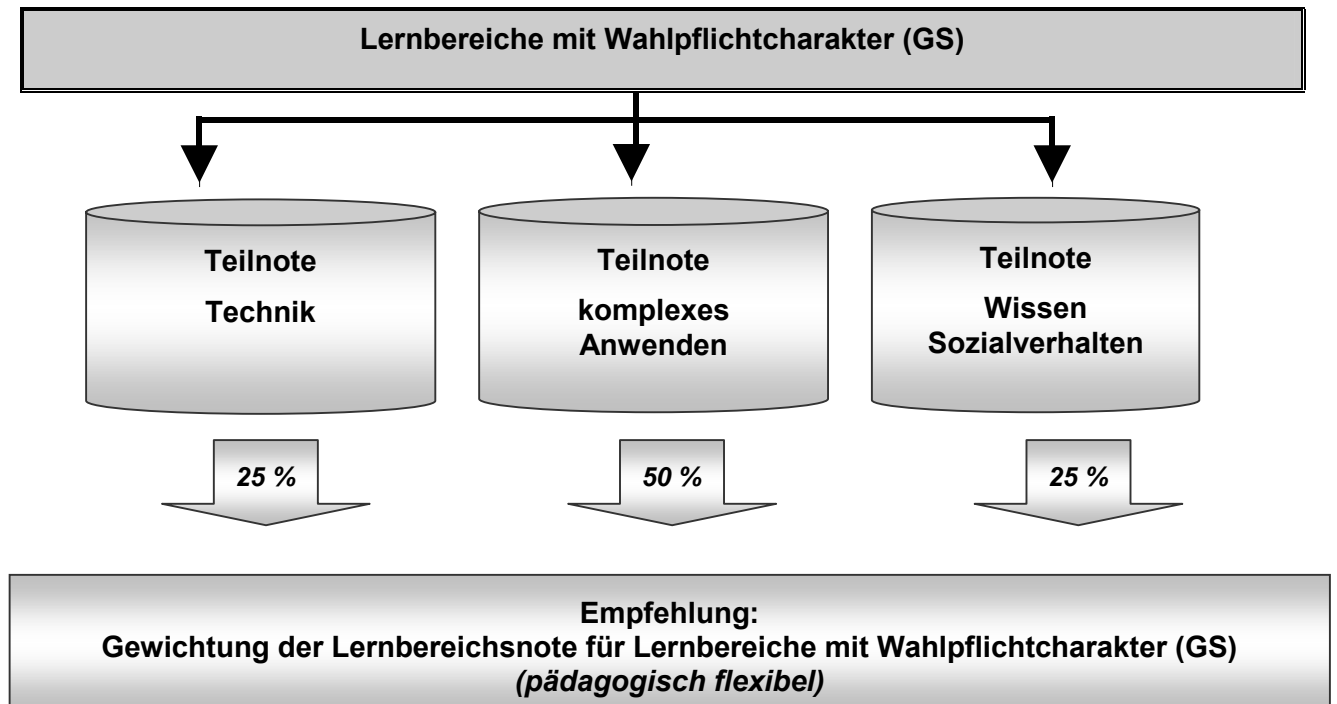
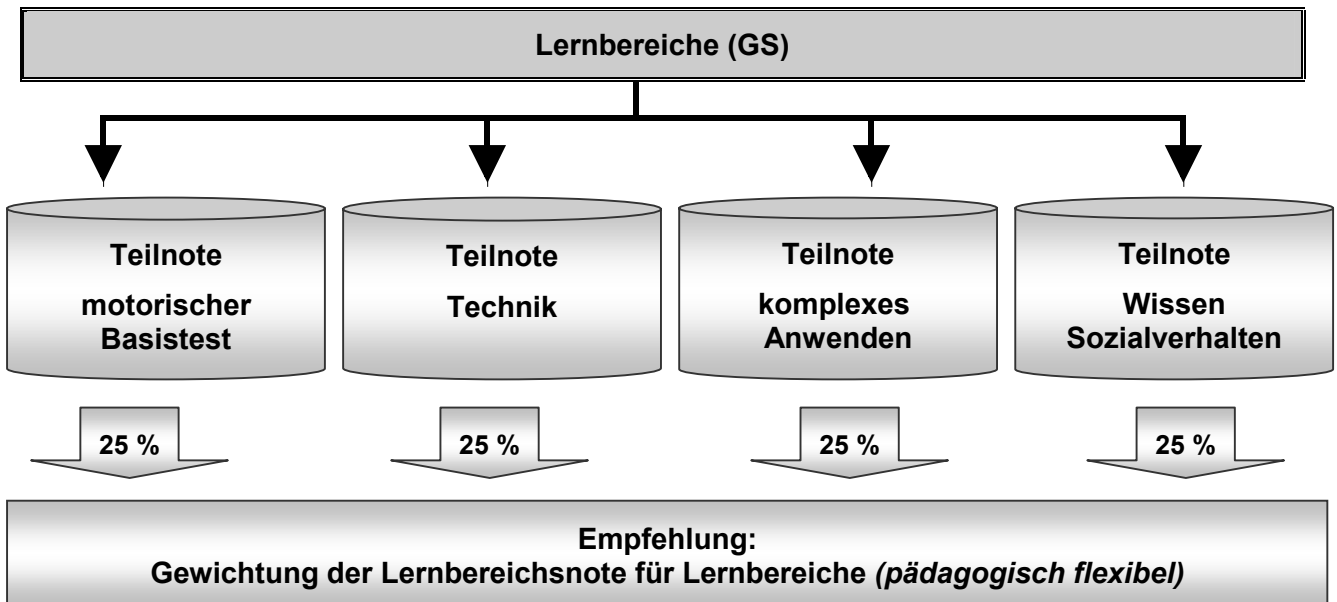
- die sachliche Bezugsnorm (Normatabellen)
- die soziale Bezugsnorm (Schulnorm)
- die individuelle Bezugsnorm (Leistungszuwachs).

Für die qualitative Bewertung von Schülerleistungen sind gesetzte Bewertungsmaßstäbe anzuwenden. Die einzelnen unter den Bewertungskriterien erbrachten Leistungen werden mit Noten eingeschätzt (siehe 2.2). Die im Lehrplan Sport ausgewiesenen allgemeinen und speziellen fachlichen Ziele gelten als Niveaukriterien am Ende der Klassenstufe 1/2 und 3/4.

In den Klassenstufen 1/2 sollte eine verbale Bewertung in allen Lernbereichen erfolgen, die die Schüler auf die Benotung in den Klassenstufen 3/4 vorbereitet. Außerdem können besondere Formen der Leistungsanerkennung und Leistungsbewertung eingesetzt werden, wie z. B. Stempel, kleine Anerkennungen, Urkunden, Laufbilder oder Laufpuzzle sowie Ausmalblätter.

In den Klassenstufen 3/4 beginnt die Benotung in allen Lernbereichen. Die Halbjahresnote und die Schuljahresendnote im Fach Sport setzt sich aus dem Durchschnitt der Lernbereichsnoten zusammen.

Die Lernbereichsnote wird aus Teilnoten gebildet, die die Leistung, die Individualität und das Entwicklungsniveau des Schülers im Sport einschätzt (siehe Empfehlung zur Leistungsermittlung und Leistungsbewertung in der Grundschule, 2005). Die Ermittlung der Lernbereichsnote wird auf der Grundlage folgender Raster empfohlen: (siehe 2.3).



Die ausgewiesenen Beispiele zur Ermittlung der Lernbereichsnote gelten als Empfehlung. Damit wird auch weiterhin ein pädagogischer Freiraum bei der Auswahl der Bewertungskriterien der Lernzielkontrollen gegeben. Die Fachkonferenz hat die Aufgabe, Vorschläge für die Leistungsbewertung an der jeweiligen Schule zu erstellen. Bewertungskriterien und Bewertungsmaßstäbe zur Bewertung von Schülerleistungen müssen für Eltern und Schüler bekannt, transparent und nachvollziehbar sein.

### **Besondere Orientierung im Zusammenhang mit den neuen Anforderungen im Lehrplan**

Die sportliche Leistung wird mehrperspektivisch erbracht und sollte mehrdimensional bewertet werden. Dieser Zusammenhang zwischen individuellen Leistungsvoraussetzungen, aufgewendeter Anstrengung und erreichtem Leistungszuwachs, unter einer oder mehreren Perspektiven erbracht, sollte dem Schüler verdeutlicht werden. Zu diesem Zweck können Schüler Protokolle bzw. Portfolios zur eigenen Leistungsentwicklung führen.

Für die Leistungsbewertung empfiehlt sich die Beachtung folgender methodischer Grundsätze:

- so wenig wie möglich und so viel wie nötig benoten,
- die Vielfalt an Bewertungsmöglichkeiten nutzen,
- mit einer erteilten negativen Note Möglichkeiten ihrer Verbesserung in Aussicht stellen,
- den Zeitpunkt der Bewertung sollten die Schüler selbst festlegen können, dieser sollte jedoch in einem vorgegebenen Zeitrahmen liegen (frontale Leistungskontrollen vermeiden),
- die Schüler sollten mehrere Möglichkeiten/Versuche bekommen, bevor sie eine Note endgültig erhalten (Beachtung der Tagesform),
- auch Wahlmöglichkeiten als Form der differenzierten Bewertung sollten dem Schüler angeboten werden: z. B. drei Stationen zum Thema „Krafftfähigkeiten“ (Klettern, Klimmziehen, Liegestütze) anbieten, davon darf der Schüler sich für eine Station zur Leistungsbewertung entscheiden,
- Bewertungskriterien sollten den Schülern in jedem Fall bekannt sein, dies kann mündlich aber auch in Form einer visuellen Übersichtsvariante vermittelt werden,
- im Fach Sport können die Schüler ein Portfolio anlegen, z.B. Ergebnisportfolio, wo sie Materialien sammeln, auf die sie stolz sind, wie z. B.: Urkunden, Leistungsnachweise, Medaillen u. a. und diese präsentieren,
- „Zertifikate“ oder „Urkunden“ können in den Wahlpflichtbereichen über Teilergebnisse ausgestellt werden, wie z. B. „Rollbrettführerschein“, "Seilsprungmeister“ usw.

Aushänge informieren im Schulhaus/Turnhalle über hervorragende Leistungen und können zur Würdigung von Leistungen genutzt werden (Schulrekordtafel).

## Empfehlungen zur Leistungsermittlung in ausgewählten Lernbereichen

### 3.1.1 Lernbereich: Leichtathletische Übungen

Bewertungs- schwerpunkte	Klassenstufe 3	Klassenstufe 4	Hinweise zur lernbereichs- spezifischen Bewertung und Benotung
<b>motorischer Basistest</b>	Dreierhopp Medizinballweitwurf Seilspringen 30s Übersteiger 9-min-Lauf	Schlussweitsprung Medizinballweitwurf Ringe ablegen Seilspringen 30s Drehungen auf der Turn- bank 9-min-Lauf	je Klassenstufe mindestens zwei Tests auswählen Benotung nach sachlicher bzw. sozialer oder individu- eller Bezugsnorm (siehe Anhang 1, Zuordnung motorischer Basistests und Anhang 2, sachliche Be- zugsnorm)
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Hochstart - Schrittstellung - Gewicht auf dem vorderen Bein - gegengleiche Armhalte Schlagwurf aus dem Stand - Wurfauslage (langer Wurf- arm, Oberkörper seitlich) - Gewichtsverlagerung von hinten nach vorn - hinteres Bein langer Bodenkontakt	Schersprungtechnik - kurzer gerader Anlauf (3 - 5 Schritte) - Schwungbein hoch ge- streckt - Landung auf einem Bein Schlagwurf aus dem Stand - siehe Kl. 3	je Klassenstufe mindestens eine Fertigkeit auswählen, qualitative Bewertung nach Bewertungskriterien bzw. Beobachtungsschwerpunk- ten (siehe Anhang 5, Beobach- tungsprotokoll zur qualitati- ven Technikbewertung)
<b>komplexes Anwenden</b>	30 - 50 m Sprint bis 12 min ausdauerndes Laufen Weitsprung in Zonen Schlagballweitwurf Mehrkampf gestalten	50 m Sprint bis 15 min ausdauerndes Laufen Weitsprung Schlagballweitwurf aus der Wurfauslage Hochsprung Mehrkampf gestalten	je Klassenstufe mindestens eine komplexe Anwen- dungsform auswählen (siehe Anhang 6, Qualitäts- merkmale der Bewegungs- ausführung) Benotung nach sachlicher bzw. sozialer oder individu- eller Bezugsnorm, (siehe Anhang 3.1, sachliche Be- zugsnorm; siehe CD-ROM, interaktive LA-Wett- kampftabelle)
<b>Wissen</b>             <b>Sozialverhalten</b>	Prinzipien der Erwärmung funktionelle Sportkleidung Lauf - ABC einfache Bewegungsmerkmale Wettkampfbregeln lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form (Arbeitsblätter, Poster, Sammelmappe, Collage usw.) Ergebnisportfolio anlegen Einsatzbereitschaft, Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren Selbst- und Fremdkorrektur Leistung anderer Schüler akzeptieren eigene Leistungsfähigkeit einschätzen prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle bzw. Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)		

\*LA = Leichtathletik

## 3.1.2 Lernbereich: Spiele und Spielformen

Bewertungs- schwerpunkte	Klassenstufe 3	Klassenstufe 4	Hinweise zur lernbereichs- spezifischen Bewertung und Benotung
<b>motorischer Basistest</b>	Ballreaktionstest Ballprobe 4 - 6 Ballkunststücke Lauftest mit 4 Bällen Stand sprung-Reichhöhe Hockernummernlauf	Schlingellauf 8 - 10 Ballkunststücke/ Ballprobe Ballreaktionstest Wurf-Pass-Kraft 9 min-Lauf	je Klassenstufe mindestens zwei Tests auswählen Benotung nach sachlicher bzw. sozialer oder individu- eller Bezugsnorm (siehe Anhang 1, Zuordnung motorischer Basistests und Anhang 2, sachliche Be- zugsnorm)
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Werfen und Fangen im Stand - exakte Wurfbewegung - Schrittstellung beim Wer- fen - Prellen - Impuls aus dem Unterarm - Hand legt sich um den Ball - Ball in Hüfthöhe, seitlich vor dem Körper - Ballsicherung	Werfen und Fangen in der Bewegung - genaues direktes und indi- rektes Zuspiel - Schrittstellung beim Wer- fen - Handhaltung beim Fangen Slalomdribbling - enge Ballführung - Handwechsel - in Hüfthöhe prellen - Ballsicherung durch Kör- per	je Klassenstufe mindestens eine Fertigkeit auswählen, qualitative Bewertung nach Bewertungskriterien bzw. Beobachtungsschwerpunk- ten (Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewer- tung siehe Anhang 5)
<b>komplexes Anwenden</b>	Spielfähigkeit in kleinen Spielen mit vereinfachtem Regelwerk unter Komplexi- tätsdruck einfache Komplexübungen	Spielfähigkeit in kleinen Spielen unter Komplexitäts- druck einfache Komplexübungen	je Klassenstufe mindestens eine komplexe Anwen- dungsform auswählen (Komplexübung oder Spiel- fähigkeit) <sup>1</sup> (siehe Anhang 6, Qualitäts- merkmale der Bewegungs- ausführung bzw. Anhang 5, Beobachtungsprotokoll „Spielfähigkeit“)
<b>Wissen</b>          <b>Sozialverhalten</b>	einfache Technikkriterien, Beschreiben von Bewegungsabläufen Regelkenntnisse Fair Play-Regeln absprechen und einhalten Schiedsrichtertätigkeit Unfallverhütung Hinweise zum Transport von Sportgeräten Regeltest in Form eines Quiz oder Tippkontrolle Entwicklungsportfolio anlegen Einsatzbereitschaft, Leistungsbereitschaft, Teamfähigkeit Selbst- und Fremdkorrektur Leistung anderer Schüler akzeptieren eigene Leistungsfähigkeit einschätzen Spielrollen erfassen und sich entsprechend verhalten Umgang mit Sieg und Niederlage prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle bzw. Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)		

<sup>1</sup> Bei der unterrichtsbegleitenden Bewertung steht die Benotung der Spielfähigkeit im Mittelpunkt.



### 3.1.3 Lernbereich: Turnerische Übungen

Bewertungs- schwerpunkte	Klassenstufe 3	Klassenstufe 4	Hinweise zur lernbereichs- spezifischen Bewertung und Benotung
<b>motorischer Basistest</b>	Rumpfbeugen vorw. Schlussweitsprung Liegestützbeugen	Halten im Hang Klimmziehen (schräg) Klettern Liegestützbeugen Drehungen auf der Turn- bank	je Klassenstufe mindestens zwei Tests auswählen Benotung nach sachlicher bzw. sozialer oder individu- eller Bezugsnorm (siehe Anhang 1, Zuordnung motorischer Basistests und Anhang 2, sachliche Be- zugsnorm)
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Rolle vorwärts - Hände aufsetzen - runde und geradlinige Rollbewegung - ohne Nachstützen aufste- hen Rolle rückwärts - Hände aufsetzen (richtige Handstellung) - geradlinige Rollbewegung - kein Kniestütz (Füße aufsetzen) Sprung in den Stütz am Reck oder Barren - Körperspannung - Arme gestreckt	Kopfstand gehockt - Hände und Kopf bilden ein Dreieck - Gleichgewicht (3 sec. hal- ten) Hüftabzug - Stütz einnehmen - langsamer gerätenaher Abzug mit gestreckten Beinen (Ristgriff)	je Klassenstufe mindestens zwei Elemente auswählen qualitative Bewertung nach Bewertungskriterien bzw. Beobachtungsschwerpunk- ten und Benotung (siehe Anhang 5, Beobachtungs- protokoll zur qualitativen Technikbewertung)
<b>komplexes Anwenden</b>	Drehsprunghocke - beidbeiniger Absprung - Stützphase (Handstel- lung -Körperhöhe/ Gesäß- höhe) - Landung (Richtung) Übungsverbindung am Kasten längs - Aufhocken - Aufrichten - Gehschritte bis Kasten- ende - Strecksprung (mit Zusatz- bewegung nach Wahl)	Sprunggrätsche - beidbeiniger Absprung - kurze Stützphase mit ge- streckten Beinen - Landung Übungsverbindung am Bo- den (3 Elemente) Übungsverbindung am Reck oder Balken	je Klassenstufe mindestens zwei komplexe Anwen- dungsformen (Übungsver- bindungen) auswählen Wahlmöglichkeiten der Ge- räte schaffen (siehe Anhang 6, Qualitäts- merkmale der Bewegungs- ausführung)
<b>Wissen</b>  <b>Sozialverhalten</b>	Bewegungsbeschreibungen, einfache Technikmerkmale Einhalten von Sicherheitsbestimmungen Umgang und Transport von Turngeräten Helfen und Sichern Quiz, Fehlerbilder oder Bildfolgen sortieren gezeigte Leistungsbereitschaft Gestalten/Kooperieren/Miteinander beim Üben in der Gruppe/im Paar, aktive Unfallverhütung durch richtiges Helfen und Sichern, richtiges Verhalten an den Geräten und beim Geräteauf- und -abbau Selbst- und Fremdkorrektur prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle bzw. Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)		

**3.1.4 Lernbereich: Gymnastisch-tänzerische Übungen**

<b>Bewertungs- schwerpunkte</b>	<b>Klassenstufe 3</b>	<b>Klassenstufe 4</b>	<b>Hinweise zur lernbereichs- spezifischen Bewertung und Benotung</b>
<b>motorischer Basistest</b>	Seilspringen 30 sec. Schneller Crunch Klimmziehen Übersteiger	Seilspringen 30 sec. Schneller Crunch Liegestützbeugen Drehungen auf der Turn- bank	je Klassenstufe mindestens zwei Tests auswählen Benotung nach sachlicher bzw. sozialer oder individu- eller Bezugsnorm (siehe Anhang 1, Zuordnung motorischer Basistests und Anhang 2, sachliche Be- zugsnorm)
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Gehen-Laufen-Hüpfen (Rhythmus erkennen) Seilspringen (zwei verschie- dene Techniken)	Vier Grundschriffe der Aero- bic (z. B.: Step Touch, Dou- ble Step Touch, Grapvine, V-Step, Knee Lift, Push Touch, Jumping Jack, March)	je Klassenstufe mindestens eine Fertigkeit auswählen qualitative Bewertung nach Bewertungskriterien bzw. Beobachtungsschwerpunk- ten und Benotung (siehe Anhang 5, Beobach- tungsprotokoll zur qualitati- ven Technikbewertung)
<b>komplexes Anwenden</b>	Übungsverbindung ohne/ mit Handgerät (16 - 32 Zählzei- ten) oder Rhythmusfähigkeit in einfa- chen Tanzformen	Übungsverbindung mit ei- nem Handgerät nach Musik (32 Zählzeiten) oder Rhythmusfähigkeit beim Tanzen moderner Tänze oder Aerobic mit 32 Zählzeiten	je Klassenstufe mindestens eine komplexe Anwen- dungsform (Übungsverbin- dung) auswählen (siehe Anhang 6, Qualitäts- merkmale der Bewegungs- ausführung)
<b>Wissen  Sozialverhalten</b>	Bewegungsbeschreibungen verschiedene Präsentationsformen zu Techniken oder Übungen Entwicklungsportfolio anlegen gezeigte Leistungsbereitschaft beim Erarbeiten von Einzel-, Paar- und Gruppenübungen Kreativität/Gestalten/Kooperieren und Einbringen eigener Ideen Selbst- und Fremdkorrektur Teamfähigkeit prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle bzw. Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)		

### 3.1.5 Lernbereich: Schwimmen

Für die Zeit der Übergangsregelung, in der das Schwimmen noch in der 3. Klassenstufe unterrichtet wird, ist die Bewertung des Lernbereichs „Schwimmen entsprechend dem Stundenanteil in die Schuljahresendnote einzubeziehen. Die entsprechenden Kriterien werden vom Sächsischen Staatsministerium für Kultus erlassen.

### 3.1.6 Lernbereich: Wintersport

Die Kriterien für die Bewertung des Lernbereichs sind nach dem untenstehenden Modell analog zu den anderen Lernbereichen von den Fachkonferenzen der Schulen festzulegen. Dabei ist die Spezifik der unterrichteten Wintersportart zu beachten.

<b>Bewertungs- schwerpunkte</b>	<b>Klassenstufe 3</b>	<b>Klassenstufe 4</b>	<b>Hinweise zur lernbereichs- spezifischen Bewertung und Benotung</b>
<b>motorischer Basistest</b>			
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>			
<b>komplexes Anwenden</b>			
<b>Wissen Sozialverhalten</b>			

### 3.2 Leistungsbewertung im Fach Sport der Mittelschule und des Gymnasiums der Klassenstufen 5 - 10

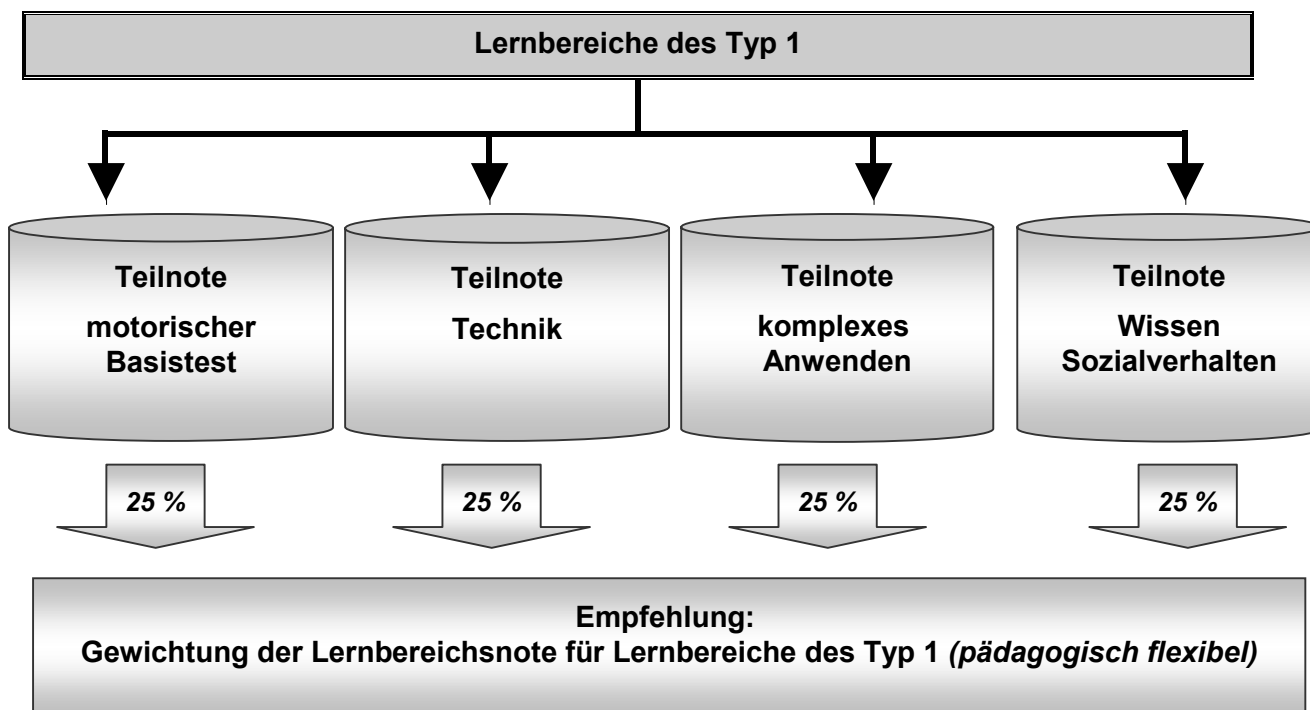
Die Leistungsbewertung im Fach Sport der Mittelschule und des Gymnasiums ist ein pädagogischer Prozess und erfordert eine gewichtete Berücksichtigung des Verlaufs der Leistungsentwicklung des Schülers in Bezug auf Wissenserwerb, Kompetenzentwicklung und Werteorientierung (Zieltrias).

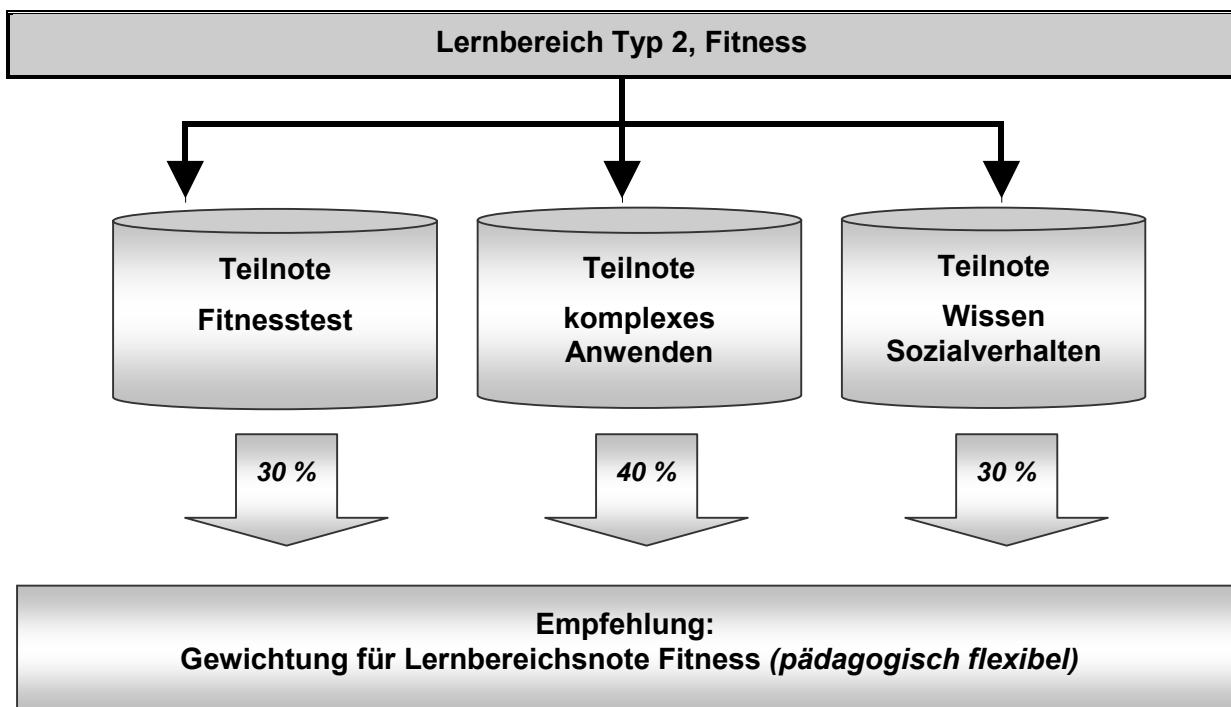
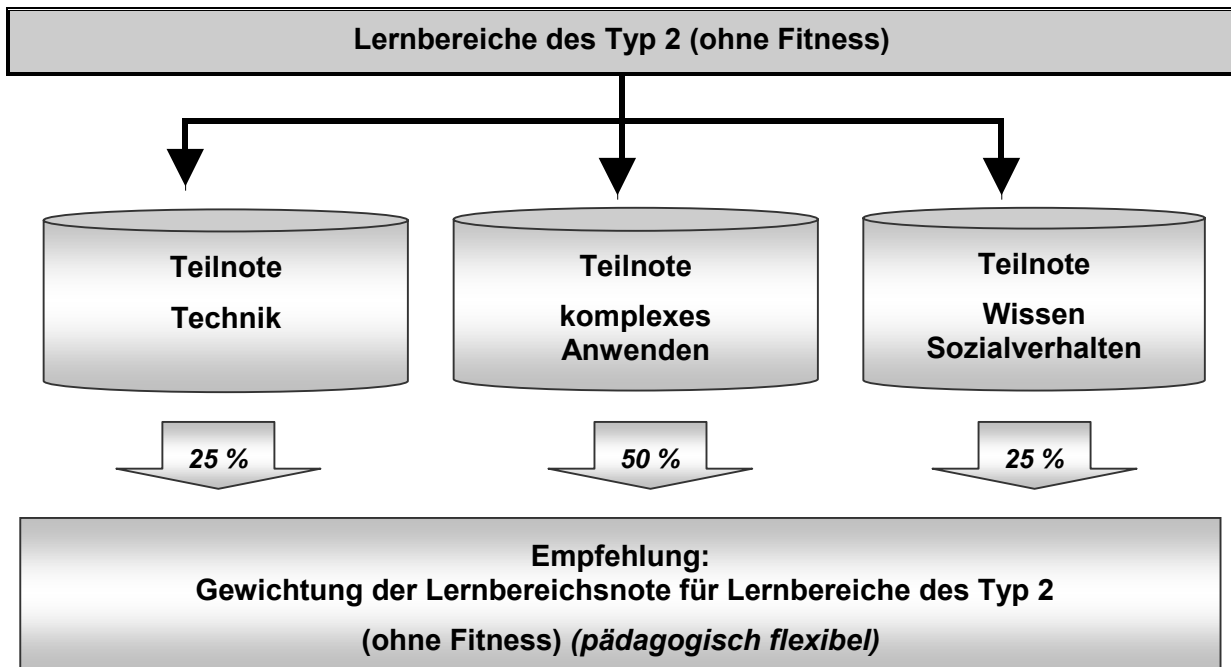
Mit der Bewertung von Schülerleistungen werden qualitative Aussagen zur individuellen Lernentwicklung getroffen. Durch die Benotung wird der Leistungsstand des Schülers allgemein gekennzeichnet.

Unter Berücksichtigung der das Fach Sport lernbereichsbestimmenden Dimensionen sollte grundsätzlich eine qualitative bzw. quantitative Aussage zur Schülerleistung getroffen werden. Für die quantitative Bewertung von Schülerleistungen sind Bezugsnormen anzuwenden. Für die qualitative Bewertung von Schülerleistungen sind Bewertungsmaßstäbe anzuwenden. Die einzelnen unter den Bewertungskriterien erbrachten Leistungen werden mit Noten eingeschätzt (siehe 2.2).

Die Halbjahresnote und die Schuljahresendnote im Fach Sport setzt sich aus dem Durchschnitt aller Lernbereichsnoten zusammen.

Die Lernbereichsnote wird aus Teilnoten gebildet. Die Ermittlung der Lernbereichsnote wird durch folgende Raster empfohlen: (siehe 2.3 und CD-ROM Benotungshilfe Sport).





### **Besondere Orientierung im Zusammenhang mit den neuen Anforderungen im Lehrplan**

Die sportliche Leistung wird mehrperspektivisch erbracht und sollte mehrdimensional bewertet werden. Dieser Zusammenhang zwischen individuellen Leistungsvoraussetzungen, aufgewendeter Anstrengung und erreichtem Leistungszuwachs, unter einer oder mehreren Perspektiven erbracht, sollte dem Schüler verdeutlicht werden. Zu diesem Zweck können Schüler Portfolios zur eigenen Leistungsentwicklung führen.

Für die Leistungsbewertung empfiehlt sich die Beachtung folgender methodischer Grundsätze:

- so wenig wie möglich und so viel wie nötig benoten,
- die Vielfalt an Bewertungsmöglichkeiten nutzen,
- mit einer erteilten negativen Note Möglichkeiten ihrer Verbesserung in Aussicht stellen,
- den Zeitpunkt der Bewertung sollten die Schüler selbst festlegen können, dieser sollte jedoch in einem vorgegebenen Zeitrahmen liegen,
- die Schüler sollten mehrere Möglichkeiten/Versuche bekommen,
- auch Wahlmöglichkeiten als Form der differenzierten Bewertung sollten dem Schüler angeboten,
- Bewertungskriterien sollten den Schülern in jedem Fall bekannt sein, dies kann mündlich aber auch in Form einer visuellen Übersichtsvariante vermittelt werden.

Aushänge informieren im Schulhaus/Turnhalle über besondere Leistungen und können zur Würdigung der gezeigten Leistungsbereitschaft genutzt werden (Schulrekordtafel).

## Empfehlungen zur Leistungsbewertung in den Lernbereichen des Typ 1

### 3.2.1 Lernbereich: Sportspiele (Zielschuss-/Rückschlagspiele)

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Priorität im Lernbereich Sportspiele hat die kontinuierliche Entwicklung der Spielfähigkeit. Basierend auf der integrativen Sportspielvermittlung werden durch vielfältige Übungs-, Spiel- und Wettkampfformen sportspielbezogene Fertigkeiten und taktische Fähigkeiten verbessert und somit das allgemeine Spielverständnis weiterentwickelt. Der sportspielübergreifenden Schulung von Basiselementen der Spielfähigkeit kommt dabei ein großes Gewicht zu.

Bezogen auf dem in der Grundschule erworbenen technisch-taktischen Bewegungskönnen mit Bällen beginnt die Vermittlung der Sportspiele – gegliedert nach Zielschuss- und Rückschlagspielen – in Klassenstufe 5.

Die individuellen Voraussetzungen der Schüler erfordern eine differenzierte Leistungsbewertung.

Die Ermittlung der Lernbereichsnote sollte sich auf die Entwicklung des Niveaus der spielmotorischen Fertigkeiten und Formen komplexen Anwendens/Spielfähigkeit durch erstellte qualitative und quantitative Beurteilungskriterien beziehen. Besonders die Spielsportarten prägenden Mannschaftsdienlichen Verhaltensweisen sowie Aspekte sozialen und sportlichen Handelns unter mehrperspektivischer Ausrichtung sind in den Bewertungsprozess zu integrieren.

Das Einbringen von Wahl- und Streichwerten sowie das individuelle Finden des Leistungskontrollzeitpunktes sind ergänzende Varianten der Leistungsbewertung. Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **motorischer Basistest**

- je Klassenstufe mindestens drei Tests, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs (spielsportartbezogen) auswählen und benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests)
- Rhythmisierungs-, Umstellungs-, Reaktionsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit
- Beweglichkeit, Ausdauerfähigkeit
- spezifische Krafftigkeiten, Leistungsfähigkeit der Arm- und Beinmuskulatur
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

#### **sportspielspezifische Fertigkeiten**

- je Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten
- quantitative Bewertung, z. B. eine vorgegebene Anzahl von Bällen muss unter Verwendung einer sportspielspezifischen Fertigkeit in einen vorgeschriebenen Treffbereich (Tor, Korb, Turnmatte, Reifen u. a.) geworfen, geschlagen, geschossen, gespielt werden (soziale Bezugsnorm erstellen)
- qualitative Bewertung, demonstrieren geschulter Bewegungsabläufe und Bewertung nach verschiedenen Beurteilungs- und Beobachtungskriterien (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung)

#### **komplexes Anwenden**

- je Klassenstufe mindestens eine komplexe Übung unter dem Aspekt wettkampfnaher Spielfähigkeit benoten (soziale und individuelle Bezugsnorm)
- Auswahl spielfähigkeitsbezogener Bewertungskriterien zu sportspielspezifischen Fertigkeiten, taktischen Fähigkeiten, Fairness, Kreativität, Teamfähigkeit (siehe Anhang 5, Spielbeobachtungsprotokoll zur Einschätzung der Spielfähigkeit)
- Vorschläge zu qualitativen Bewertungskriterien Spielfähigkeit (siehe Anhang 6)

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung der zu vermittelnden Sportart benotet
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen
- Kenntnisse zur historischen und aktuellen Entwicklung der Sportarten vorweisen
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)
- besondere Berücksichtigung findet das Fair play, Kritik- und Konfliktfähigkeit, Empathiefähigkeit, Mitgestalten/Kooperation, Einsatzbereitschaft
- Portfolio mit sportartspezifischer Schwerpunktsetzung anlegen

**Übersicht zur Stufenspezifik Sportspiele (Zielschussspiele/Rückschlagspiele)**

<b>Bewertungsschwerpunkte</b>	<b>Klassenstufen 5 - 7</b>	<b>Klassenstufen 8 - 10</b>
<b>motorischer Basistest</b>	Lauftest Seilspringen 60s Liegestützbeugen (schräg) Hockernummernlauf Levellauf	Japantest Stand sprung- Reichhöhe Klimmziehen Ballreaktion Levellauf
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b> Zielschusspiele Basketball	beidhändiges Fangen, Druckpass, Bodenpass, Dribbling, Freilaufen/Decken, einfaches Fintieren, Zwei-Kontakt-Rhythmus, Sternschritt, Stopps, Sprungball, Positionswurf, Korbleger	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: Dribbling mit Tempo- und Rhythmuswechsel, Finten, Sprungwurf, Rebound
Fußball	Ballannahme, -abgabe, -führung, Freilaufen/Decken, einfaches Fintieren, Kopfballspiel, Innenseit- und Vollspannstoß, Jonglieren	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: Ballannahme, -abgabe flacher und hoher Bälle mit der Innen- und Außenseite des Fußes (des starken Beines), Ballführung im Slalom, Finten
Handball	Passen/Fangen, Dribbling, Freilaufen/Decken, einfaches Fintieren, Drei-Schritt-Rhythmus, Schlagwurf, Sprungwurf	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: indirektes Zuspiel, Slalomdribbling mit Handwechsel, Finten, Schlagwurf aus der Bewegung, Hüftwurf
Hockey/Unihockey	Schlägerhaltung, Ballannahme, -abgabe, -führung, Umspielen, Torschuss	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: Schlenzen, Strafecke
<b>komplexes Anwenden</b>	situationsorientiert miteinander und gegeneinander spielen Spielfähigkeitsentwicklung durch Spiele, Spielformen unter z. B. erleichterten Bedingungen, mit Präzisions- und Komplexitätsdruck Spielvarianten mit und ohne Konkurrenzverhalten Spieltaktik	situationsorientiert miteinander und gegeneinander spielen Spielfähigkeitsentwicklung durch Spielformen und Spiele unter z. B. wettkampfnahen Bedingungen, mit Organisations- und Variabilitätsdruck Spielvarianten mit und ohne Konkurrenzverhalten Spieltaktik
Angriffsverhalten	Freilaufen, den Mitspieler sehen und anspielen, Nutzen von Überzahlsituationen, Herauspielen von Zielschussmöglichkeiten	Freilaufen/Anbieten, einfache Positionswechsel vollziehen, den Mitspieler im richtigen Moment anspielen, Überzahl- und Gleichzahlsituationen bewusst zum Herauspielen von Zielschussmöglichkeiten nutzen, mannschaftsdienliches Zusammenspiel ausprägen, Positionsangriff



Abwehrverhalten	Gegenspieler decken, Zuspiellinien erkennen und Zuspiele unterbinden, Dribbling stören, Zielschuss verhindern	Gegenspieler decken, Zuspiellinien unterbinden, Dribbling stören, Zielschuss verhindern, Manndeckung ab Mittellinie, ab Freiwurflinie/Drei-Punkte-Linie, Zonendeckung
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b> Rückschlagspiele Volleyball	oberes und unteres Zuspiel, Aufgabe von unten, Angriffszuspiel	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: diagonaler Angriffsschlag, Block, Aufgabe von oben
Badminton	Universalgriff, Schritttechniken (Nachstell-, Ausfallschritte), Vorhand- und Rückhandschläge (Überkopf- bzw. Unterhandschläge, Netzstoppbälle), kurzer und hoher Aufschlag	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: Lauftechnik aus ZP in alle Positionen (1 bis 6), Nachstellschritt mit Umsprung, Stemmschritt
Tischtennis	Grund- und Bereitschaftsstellung, Schlägerhaltung, Vorhand- und Rückhandschläge, Vorhand- und Rückhandaufschlag	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: Vorhand- und Rückhandaufschläge direkt, gerade, parallel und diagonal, Aufschläge mit Oberschnitt, Schupfen Vorhand, Rückhand, gerade und diagonal auf Ziele, mit Unterschnitt, Oberschnitt (Vorhand, Rückhand)
Tennis	Grifftechnik, Vorhand- und Rückhandgrunds Schlag, Unterhandaufschlag: indirekt, direkt	(siehe Kl. 5 - 7), dazu: Aufschlag Slice, Flugschlag Vorhand und Rückhand, Lob, Stopp, Vorhand Drive, Lauftechniken: Seitstell-, Kreuz- und Ausfallschritte, Rutschen, Schrittkombinationen
<b>komplexes Anwenden</b>	situationsorientiert miteinander und gegeneinander spielen Spielfähigkeitsentwicklung durch Spiele; Spielformen unter erleichterten Bedingungen mit Präzisions- und Komplexitätsdruck Spieltaktik	miteinander und gegeneinander spielen Spielfähigkeitsentwicklung durch Spielformen und Spiele unter wettkampfnahen Bedingungen mit Organisations- und Variabilitätsdruck Spieltaktik
Angriffsverhalten	Zusammenspiel, laufbereit sein, sich am Gegner und zum Ball orientieren, Vorteil herauspielen und nutzen, die Lücke erkennen und den Ball versuchen zu platzieren	Einzel- und Zusammenspiel, aus der Stellung im Spielfeld, aus dem Aktionsraum, zum Tisch agieren, sich bei Schritt- und Laufbewegungen an Gegner und Ball orientieren, Lücken und Vorteil, Schwächen und Stärken situationsbezogen erkennen
Abwehrverhalten	durch Gegnerbeobachtung die Abwehrposition vorweg nehmen, Zuspielrichtung und -weite des Balles einschätzen, agieren und auf das gegnerische Spiel reagieren	Gegner- und Ballbeobachtung, die richtige Abwehrposition vorwegnehmen von der Abwehrhandlung zur erfolgreichen Angriffshandlung
<b>Wissen</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Sportkleidung Technikmerkmale, Bewegungsbeschreibung der erlernten Techniken, Begründung spieltaktischer Entscheidungen Spielregeln, Schiedsrichtertätigkeit Geschichte der jeweiligen Spielsportart lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form (Arbeitsblätter, Poster, Sammelmappe, Collage...)	
<b>Sozialverhalten</b>	Entwicklungs- oder Ergebnisportfolio anlegen Fair play, Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren bei Turnieren Fähigkeit zur Selbst- und Fremdkorrektur, Kritik- und Konfliktfähigkeit Empathiefähigkeit, Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen Umgang mit Sieg und Niederlage prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen	

### **3.2.2 Lernbereich: Leichtathletik**

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Entwickelte sportmotorische Fähigkeiten und erworbene leichtathletische Fertigkeiten werden im Lernbereich Leichtathletik unter dem Aspekt der Leistungs- und Anwendungsorientierung in Bezug auf wettkampfnahen Transfer ermittelt und bewertet. Priorität bezüglich der Steigerung der Leistung hat die Technikvermittlung, die besonders im zur Vertiefung geplanten Lernbereich optimiert werden kann.

Die Lernbereichsnote orientiert sich an metrisch-messbaren Leistungen. Entwicklungsspezifische Besonderheiten der Schüler sind unter Berücksichtigung der Qualität der Bewegungsausführung durch ein pädagogisch zweckmäßiges Variieren des Bewertungsmaßstabes zu berücksichtigen.

Das Einbringen von Wahl- und Streichwerten sowie das individuelle Finden des Leistungskontrollzeitpunktes sind ergänzende Varianten der Leistungsbewertung. Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **motorischer Basistest**

- je Klassenstufe mindestens zwei Tests, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs (disziplinbezogen) auswählen und benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests)
- Rhythmisierungs-, Gleichgewichts-, Reaktionsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit
- Beweglichkeit, Ausdauerfähigkeit
- spezielle Krafftfähigkeiten, Leistungsfähigkeit der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

#### **leichtathletische Fertigkeiten**

- je Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten
- Technikerwerb in traditionellen Disziplinen bis zur Klassenstufe 7
- ergänzen des Technikerwerbs durch neue Techniken, wie Stabspringen, Lauf über Hindernisse, Drehwürfe usw.
- (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung; siehe Anhang 6, Vorschläge zu qualitativen Bewertungskriterien)

#### **komplexes Anwenden**

- je Klassenstufe mindestens drei komplexe Anwendungsformen unter wettkampfnahen Bedingungen benoten
- Mehrkämpfe können thematisiert werden, z. B. Sprinter-Meeting, Wurf-Mehrkampf, Werferabend, Drei- oder Vierkampf
- sachliche Bezugsnorm, einheitlichen Bewertungsmaßstab festlegen (interaktive Leichtathletik-Wettkampftabelle einsetzen, siehe CD-ROM)

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung der zu vermittelnden Disziplinen benotet
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)
- besondere Berücksichtigung findet die Kritikfähigkeit, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zur Selbst- und Fremdkorrektur
- Wertigkeit der individuellen Bezugsnorm verdeutlichen
- Portfolio anlegen

**Übersicht zur Stufenspezifika im Lernbereich Leichtathletik**

<b>Bewertungsschwerpunkte</b>	<b>Klassenstufen 5 - 7</b>	<b>Klassenstufen 8 - 10</b>
<b>motorischer Basistest</b>	Liegestützbeugen Dreierhopp Drehen auf der Turnbank 12-min-Lauf	Klimmzüge Stand sprung-Reichhöhe Durchsteiger Levelllauf
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>		
Lauf	Hoch- und Tiefstart Staffellauf Hindernislauf	Tiefstart Staffellauf Hürdenlauf
Hochsprung	Schere Flop	Flop
Weitsprung	Hangsprung Schrittweitsprung	Schrittweitsprung Drei-Sprung Stabweitsprung
Wurf	Schlagwurftechnik mit 3-Schritt-Rhythmus (z. B. Schlagball)	Schlagwurftechnik mit 5-Schritt-Rhythmus (z. B. Speer)
Stoß		Schleuderwurftechnik mit Schleuderball Stoßtechnik aus wählbarer Vorbeschleunigung (z. B. Kugelstoß aus dem rückwärtigen Angehen)
<b>komplexes Anwenden</b>	Drei- oder Vierkampf mit Ausdauerlauf thematisierter Wahlmehrkampf	Vierkampf- oder Fünfkampf mit Ausdauerlauf thematisierter Wahlmehrkampf (z. B. Werfen), Blitzmehrkampf thematisierte Stunde (z. B. Rhythmisierungsfähigkeit, Perspektive Leistung)
<b>Wissen</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Sportkleidung, Lauf-ABC Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung Wettkampfregeln, Kampfrichtertätigkeit lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher oder schriftlicher Form (Arbeitsblätter, Poster, Sammelmappe, Collage...)	
<b>Sozialverhalten</b>	Ergebnisportfolio oder Entwicklungsportfolio anlegen Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren bei Wettkämpfen Selbst- und Fremdkorrektur Leistung anderer Schüler akzeptieren - eigene Leistungsfähigkeit einschätzen (individuelle Bezugsnorm) prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen	

### **3.2.3 Lernbereich: Turnen**

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Entwickelte sportmotorische Fähigkeiten und turnerische Fertigkeiten werden im Lernbereich Turnen mehrperspektivisch und mehrdimensional ermittelt und bewertet.

Die Lernbereichsnote orientiert sich auf die Qualität erreichter turnerischer Fertigkeiten, die mittels Beobachtung durch qualitative Bewertungskriterien eingeschätzt werden können. Dabei bestehen bezüglich der Geräte, Elemente bzw. Übungsverbindungen unterschiedliche Wahlmöglichkeiten.

Turnerische Fertigkeiten stehen im Mittelpunkt, wobei in den Klassenstufen 5 - 7 die Elemente und Übungsverbindungen den Schwerpunkt bilden. In den Klassenstufen 8 - 10 dominieren Formen des Synchronturnens und der Akrobatik. (Bei der Festlegung von Geräteabmessungen sind Konstitution und Leistungsvoraussetzung der Schüler zu berücksichtigen.)

Das Einbringen von Wahl- und Streichwerten sowie das individuelle Finden des Leistungskontrollzeitpunktes sind ergänzende Varianten der Leistungsbewertung. Die Schüler sollten dabei aktiv in den Prozess der Leistungsbewertung einbezogen werden.

Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **motorischer Basistest**

- je Klassenstufe mindestens drei Tests, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs auswählen und benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests)
- Kopplungs-, Gleichgewichts-, Orientierungs-, Reaktionsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit
- Beweglichkeit
- spezifische Krafftigkeiten, Leistungsfähigkeit der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

#### **turnerische Fertigkeiten**

- je Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik an mindestens zwei Geräten benoten (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung)
  - Beurteilungskriterien im Formgebundenen Turnen
    - Helfen/Sichern notwendig
    - Erfolg/Misserfolg
    - Bewegungsspezifik (Bewegungsmerkmale, Bewegungsfluss, Körperhaltung, Körperspannung)
    - bei Fehlen anspruchsvoller Elemente Abstufung in der Benotung
  - Beurteilungskriterien im Freien Turnen
    - Bewegungssicherheit
    - Bewegungsfluss
    - Kreativität/Originalität
  - Beurteilungskriterien im Synchronturnen
    - gegenseitige motorische Anpassungsfähigkeit
    - Gleichmaß in Raum und Zeit
    - Raumausnutzung
    - Kreativität/Originalität in Bezug auf Kombinationen
    - bei Fehlen anspruchsvoller Elemente Abstufung in der Benotung

**komplexes Anwenden**

- je Klassenstufe mindestens zwei Übungsverbindungen an mindestens zwei Geräten mit mindestens vier verschiedenen Turnelementen sowie mindestens eine Sprungtechnik über ein altersspezifisches ausgewähltes Gerät benoten (siehe Anhang 6, Vorschläge zu qualitativen Bewertungskriterien)
- individuelles Leistungsvermögen ausschöpfen und kreativ umsetzen
- vielfältige einfache Turnelemente berücksichtigen, gymnastische Elemente einbeziehen
- Varianten der Leistungsdifferenzierung, Leistungspräsentation einsetzen
- Partnerakrobatik und Pyramidenbau prozessorientiert bewerten
- Übungsverbindungen im Synchronturnen benoten

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung und Gerätwahl benotet
- besondere Berücksichtigung finden die Gerät- und Technikbezeichnung, Griffarten, Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung, Helfen und Sichern
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)
- Schüler in den Prozess der Leistungsbewertung mit einbeziehen
- bezüglich der sozialen Dimension sollten die Empathiefähigkeit, Kooperationsbereitschaft, Leistungsbereitschaft, Kritikfähigkeit, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung berücksichtigt werden
- Portfolio nach thematischer Schwerpunktsetzung anlegen

**Übersicht zur Stufenspezifik im Lernbereich Turnen**

<b>Bewertungs- schwerpunkte</b>	<b>Klassenstufen 5 - 7</b>	<b>Klassenstufen 8 - 10</b>
<b>motorischer Ba- sistest</b>	Seilspringen 60 s Halten in Hang Schneller Crunch Drehungen auf der Turnbank	Seilspringen 60 s Klimmziehen Schneller Crunch Übersteiger
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b> Sprung (Bock, Doppelbock, Kas- ten, Pferd) Reck/Stufenbarren  Barren  Balken	Dreh-Sprunghocke Sprunggrätsche Sprunghocke  Knie- und Hüft-Umschwung, Varianten mit Griffwechsel Hüft-Abzug Knie-Abschwung Knie-Aufschwung Felgunterschwung Hüft-Aufschwung Kehre, Wende, Flanke, Rolle vorwärts, Oberarmstand Nachstellschritte, Wechselsprünge, Soh- len- und Ballenstände, Kniewaage	Fertigkeiten siehe Kl. 5 - 7  Sprungbretter, Minitramp rhythmische Sprungreihen Gruppenspringen im Strom das Turnen von individuellen Übungsver- bindungen ist möglich synchron/asynchron Musikbegleitung Blickkontakt, begleitendes Sprechen Partner, Übungsgut, Gerät selbst aus- wählen

Boden	Rollen vorwärts, rückwärts, seitwärts - auch in Folgen Liegestützvarianten Kopfstand Schwingen in den flüchtigen Handstand und Abrollen Handstütz-Überschlag seitwärts	
<b>komplexes Anwenden</b>	mindestens eine Sprungtechnik über ein altersspezifisches Gerät (Wahlmöglichkeit) Übungsverbindungen an mindestens zwei Geräten an Boden/Barren/Balken/Stufenbarren/Reck mindestens vier verschiedene Turnelemente	Übungsverbindungen im Synchronturnen durchführen Gleichzeitigkeit und Gleichmaß Übungsverbindungen an mindestens zwei Geräten
<b>Wissen</b>  <b>Sozialverhalten</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Sportkleidung Gerät- und Technikbezeichnung, Griffarten Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung Wettkampfregeln, Sicherheitsbestimmungen, Organisationsformen lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form Entwicklungsportfolio anlegen Aufgaben in Vorbereitung, Nachbereitung und Organisation des Unterrichts Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren Selbst- und Fremdkorrektur gegenseitiges Beobachten, Beraten, Helfen und Sichern Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen, Empathiefähigkeit prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen	

### Pflichtübungen

- Folgerichtigkeit der Elementereihung
- Bewegungsfluss
- Körperspannung/Körperhaltung
- technisch richtige Ausführung und Wertigkeit der Elemente

### Kürübungen

- Kreativität/Originalität in Bezug auf Kombinationen
- Komplexität und Schwierigkeitsgrad
- Bewegungsspezifisch/Bewegungsflexibilität
- technisch richtige Ausführung und Wertigkeit der Elemente

### empfohlene Notenskala

Gerätübung <sup>1</sup>			Mehrkampf (Dreikampf)		
Note 1	10,0 – 9,0	Punkte		30,0 – 27,0	Punkte
Note 2	8,9 – 7,5	Punkte		26,9 – 22,5	Punkte
Note 3	7,4 – 6,0	Punkte		22,4 – 18,0	Punkte
Note 4	3,9 – 2,0	Punkte		11,9 – 6,0	Punkte
Note 5	1,9 – 0,0	Punkte		< 6,0	Punkte

<sup>1</sup> Wertigkeit der Elemente festlegen

### 3.2.4 Lernbereich: Gymnastik/Aerobic/Tanz

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Grundlage dieses Lernbereichs ist die Wahrnehmung des Körpers in Verbindung mit rhythmisch-musikalischer Gestaltung.

Mit Musik werden sportartspezifische Fertigkeiten mit/ohne Handgerät erlernt und variiert. Gymnastische, tänzerische und darstellende Bewegungsformen ermöglichen vielfältige Gestaltungsvarianten. Das Lösen von Improvisations- und Gestaltungsaufgaben fördert Kreativität und Fantasie. Es kann einzeln, als Paar oder in Gruppen eine Übung gestaltet werden.

Die Lernbereichsnote orientiert sich an der Gestaltung von Bewegungen und deren Umsetzung mit Musik. Selbstaufgestellte qualitative Bewertungskriterien bilden neben Technikmerkmalen eine wesentliche Bewertungsgrundlage für den Lehrer. Die Schüler sollten in den Prozess der Leistungsbewertung integriert werden.

Bei der Erarbeitung der Übungen/der Tänze kann die Übung insgesamt vorgegeben werden oder nur Teile der Übung/des Tanzes und die weitere Gestaltung wird von den Schülern vorgenommen. Aufgrund der Altersspezifik ist in den Klassenstufen 5 - 7 die Beweglichkeit verstärkt zu entwickeln und zu überprüfen. Mit zunehmendem Schulalter gewinnen Komplexität, Kreativität und Gestaltung an Bedeutung.

Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **motorischer Basistest**

- je Klassenstufe mindestens drei Tests, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests),
- Rhythmisierungs-, Gleichgewichts-, Reaktions-, Kopplungsfähigkeit,
- Beweglichkeit,
- spezielle Krafftigkeiten, Leistungsfähigkeit der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur,
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

#### **gymnastisch-tänzerische Fertigkeiten und Aerobicformen**

- je Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten (mit/ohne Handgerät) mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten,
- Technik (des Körpers, der Handgeräte),
- Bewegungsfluss (Schrittfolgen, Tänze),
- Kombination und Übereinstimmung von Bewegung, Musik und Rhythmus,
- (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung)

#### **komplexes Anwenden**

- je Klassenstufe mindestens eine komplexe Anwendungsform benoten (mit/ohne Handgerät),
- Pflicht- und Kürübungen,
- tänzerische Kombinationen

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisierte Wissensvermittlung wird je nach Schwerpunktsetzung des Lernbereichs benotet,
- Kenntnisse über Erwärmungskriterien, Technikmerkmale, Gestaltungskriterien (Möglichkeiten der körperlichen Ausdrucksfähigkeit),
- Kenntnisse über muskulären Dysbalancen vorbeugende Maßnahmen,
- Kenntnisse über Entspannungsübungen, Musikauswahl,
- besondere Berücksichtigung findet die Kritikfähigkeit, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zur Selbst- und Fremdkorrektur (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle und Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten)
- Portfolio anlegen

**Übersicht zur Stufenspezifität im Lernbereich Gymnastik/Aerobic/Tanz**

Bewertungsschwerpunkte	Klassenstufen 5 - 7	Klassenstufen 8 - 10
<b>motorischer Basistest</b>	Seilspringen 60 s Liegestützbeugen Übersteiger Rumpfbeugen vorwärts Drehungen auf der Turnbank	Dreierhopp Klimmziehen Schneller Crunch Rumpfbeugen vorwärts Hockernummernlauf
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b> Gymnastik Körpertechnik Handgerätetechnik	Schrittarten, Sprünge, Stände, Drehungen ein Handgerät (Ball, Reifen, Seil, Keulen) mit Handgerätetechniken kombinieren (Schwünge, Fangen/Werfen, Prellen, Rollen, Durchschlagen, Schlagen)	Bodentechniken traditionelle Handgeräte und alternative Materialien gerätespezifische Elemente: Reifen/Zwirbeln, Band/Spiralen, Schlangen Freiräume für Bewegungsfantasie und Kreativität bieten
Aerobic	Grundschrte: beidseitig, vor- und rückwärts High und Low-Impactschritte	Bewegungen und Rhythmus koordinieren erweiterte Grundschrte: vor-/rückwärts, beidseitig, mit Drehung Mixed-Impact, Step Aerobic, Hip-Hop
Tanz	Grundschrte ausgewählter Tänze, wie Polka, Menuett, Diskotänze, Rock'n Roll, Hip-Hop, Techno, Jazz-Dance, Modern Dance	Dance Aerobic Grundschrte ausgewählter Tänze kombinieren, Tanzfolgen Umfang und Tempo erhöhen nationale, internationale Tänze, historische Tänze, Modern Dance, Jazzdance
<b>komplexes Anwenden</b> Gymnastik	Pflichtkombinationen (Einzel-, Partner-, Gruppenübungen) Umgang mit Handgeräten bzw. Materialien Bewegungen am Ort, im Raum, nach Rhythmen synchron, asynchron, Schattenbewegungen kreativer Umgang mit Aufstellungsformen	Kürkombinationen (Partner-, Synchron-, Gruppenübungen) kreativer Umgang mit Handgeräten vielfältige Bewegungen am Ort, in der Fortbewegung, nach Rhythmen Taktanzahl erhöhen Sprung- und Wurfhöhe variieren Raumwege ohne/mit Partner Raumwege ohne/mit Handgerät
Aerobic	einfache Aerobicfolgen Grundschrte mit Armbewegungen von Grundschrten zu zusammengesetzten Bewegungsformen Mixed- Impactübungen	Übungsfolgen mit Grundschrten und Sprungschritten ohne/mit Partner variable Aufstellungsformen
Tanz	einfache Tanzfolgen rhythmusangepasste Bewegungen Einhaltung der Reihenfolge Körpersprache	Tanzfolgen/Tänze erarbeiten rhythmusangepasste Bewegungen Formationen und variable Raumwege Körpersprache Formationstanz, Linedance



<b>Wissen</b>	Funktionsgymnastik, Prinzipien der Erwärmung Vorbeugen muskulärer Dysbalancen Körpertechnik/Gerätetechnik, Aerobicsschritte/Tanzschritte, Tempo, Musikauswahl Rhythmus, Aufstellungsformen Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung Anspannungs- und Entspannungsübungen Unfallverhütung lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form (Arbeitsblätter, Poster, Sammelmappe, Collage usw.) Entwicklungsportfolio anlegen (z. B. Videoaufzeichnungen zur Choreografie)
<b>Sozialverhalten</b>	Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren/Kreativität bei Gruppenübungen Selbst- und Fremdkorrektur soziales und sportliches Handeln Empathiefähigkeit, Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen

### 3.2.5 Lernbereich: Kampfsport/Zweikampfübungen

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Entwickelte sportmotorische Fähigkeiten und Fertigkeiten im Judo oder Ringen werden im Lernbereich Kampfsport/Zweikampfübungen unter dem Aspekt der Leistungs- und Anwendungsorientierung in Bezug auf wettkampfnahen Transfer bewertet. Hierbei ist eine situative Anwendung in Form von kleinen Übungskämpfen zu favorisieren. Zur Vermeidung von Unfällen ist es notwendig Prioritäten in die Verbesserung der Techniken zu legen, die besonders im zur Vertiefung geplanten Lernbereich optimiert werden können.

Die Ermittlung der Lernbereichsnote orientiert sich an qualitativen Kriterien. Schwerpunkte stellen hierbei die bewegungsbezogene Ganzheitlichkeit, die Effektivität der Wurf- und Griffprinzipien sowie die Bewegungsdynamik dar. Die Entwicklung lernbereichsspezifischer Fertigkeiten muss durch eine besondere Fähigkeitsentwicklung im koordinativen und konditionellen Bereich ergänzt und überprüft werden.

Die entwicklungsspezifischen Besonderheiten der Schüler sind durch ein pädagogisch zweckmäßiges Differenzieren der Leistungsanforderungen als auch durch Variieren des Bewertungsmaßstabes zu berücksichtigen.

Das Einbringen von Wahl- und Streichwerten sowie das individuelle Finden des Leistungskontrollzeitpunktes sind ergänzende Varianten der Leistungsbewertung. Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **motorischer Basistest**

- je Klassenstufe mindestens drei Tests, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests),
- Gleichgewichts-, Orientierungsfähig-, Reaktionsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit,
- Beweglichkeit,
- spezielle Krafftigkeiten, Leistungsfähigkeit der Arm-, Rumpf und Beinmuskulatur,
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

**lernbereichsspezifische Fertigkeiten**

- je Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten,
- Falltechniken,
- Wurftechniken,
- Bodentechniken,
- (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung)

**komplexes Anwenden**

- je Klassenstufe mindestens eine wettkampfnaher Form komplexen Anwendens (Übungskampf im Stand oder am Boden) benoten,
- qualitative bzw. quantitative Bewertungskriterien aufstellen (soziale und individuelle Bezugsnorm)

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung benotet,
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen,
- Kenntnis der Fachtermini,
- verbotene Handlungen kennen,
- Erste Hilfe bei Knochen- und Gelenksverletzungen,
- Wertungen im Übungskampf,
- rechtliche Bestimmungen zur Selbstverteidigung,
- moralisches und technisches Prinzip,
- geschichtliche Entwicklung der Sportarten,
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zum Sozialverhalten; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten),
- besondere Berücksichtigung findet Fairness, soziales und sportliches Handeln, Kritikfähigkeit, Selbst- und Fremdkorrektur, Leistungsbereitschaft, Verantwortungsbereitschaft, Einhalten von Regeln, Antizipationsfähigkeit,
- Portfolio anlegen

**Übersicht zur Stufenspezifik im Lernbereich Kampfsport/Zweikampfübungen**

Bewertungsschwerpunkte	Klassenstufen 5 - 7	Klassenstufen 8 - 10
<b>motorischer Basistest</b>	Liegestützbeugen Schneller Crunch Dreierhopp Übersteiger	Klimmzüge Rumpfbeugen vorwärts Stand sprung Reichhöhe Drehungen auf der Turnbank
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b> Judo Falltechniken  Fassarbeit Kampfstellung, Verteidigungsstellung	Fallübungen rückwärts, seitwärts links und rechts, vorwärts, Judorolle vorwärts  Kumi-Kata Migi/Hidari-Jigotai	Fallübungen rückwärts, seitwärts links und rechts, vorwärts, Judorolle vorwärts (unter besonderen Aufgabenstellungen) siehe Kl. 5 - 7 siehe Kl. 5 - 7

Wurftechniken	Uki-Goshi, O-Goshi, O-Soto-Otoshi	Hiza-Guruma, Koshi-Guruma, Seoi-Nage oder Ippon-Seoi-Nage, De-Ashi-Barai
Bodentechniken	Kuzure-Kesa-Gatame, Kesa-Gatame, Shiho-Gatame	Kami-Shiho-Gatame, Yoko-Shiho-Ga- tame, Tate-Shiho-Gatame
Ringen	Kampfstellung Hüftwurf, Beinangriff Hammerlock, Wende Arm-Kopf-, Arm-Hüftfesthalte	Schulterwurf, Runterreißer mit Beinan- griff, Rolle, Spindel Fassarten: Zwiegriff im Stand, Arm von Außen/Innen, Oberarm/Nacken Kampfstellung beider Stilarten
<b>komplexes Anwen- den</b>	Judo: Zieh- und Schiebekämpfe Stand- und Bodenkämpfe Ringen: Kämpfen aus der Bankstellung freier Übungskampf	Zweikampfübungen mit gezielter Aufga- benstellung Befreiung aus Festhalten und Bodenla- gen Übungskampf
<b>Wissen</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Sportkleidung (Anlegen des Judogi und Obi), Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung, Fachtermini Wettkampfgeln, Wettkampfordnung geschichtliche Entwicklung des Judo und Ringens Sicherheitsbestimmungen, Unfallverhütung, Erste Hilfe lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form Ergebnisportfolio anlegen (Graduierung)	
<b>Sozialverhalten</b>	soziales und sportliches Handeln, Kritikfähigkeit Fähigkeit zur Selbsteinschätzung Verantwortungsbereitschaft, Einhalten von Regeln, Fairness Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren bei Wettkämpfen Selbst- und Fremdkorrektur, Empathiefähigkeit prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen	

### 3.2.6 Lernbereich: Schwimmen

#### lernbereichsspezifische Vorbemerkungen

Der Lernbereich Schwimmen (Komplex 2) baut auf den schwimmerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten der Grundschule (Komplex 1) auf. Die mehrperspektivische Ausrichtung des Lernbereichs verfolgt die Zielsetzung lebenslang Schwimmtechniken unter verschiedenen Bedingungen und Belastungen anwenden zu können.

Die Lernbereichsnote orientiert sich an messbaren als auch an qualitativ erreichten motorischen Leistungen. Kenntnisse zur Wasserrettung und zur gesundheitsfördernden Wirkung des Schwimmens fließen in diese ein.

Auf eine kontinuierliche Fähigkeitsentwicklung ist bei einer klassenstufenübergreifenden Planung zu achten.

#### motorischer Basistest

- in der Klassenstufe mindestens einen Test, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs auswählen und benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests),
- Rhythmisierungs-, Gleichgewichts-, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit
- Beweglichkeit, Ausdauerfähigkeit,
- spezielle Krafftfähigkeiten, Arm- und Beinmuskulatur
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

### **schwimmerische Fertigkeiten**

- in der Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung),
- Verbessern der Techniken, des Brust- und Rückenschwimmens,
- Einführen und festigen der Kraultechnik,
- Verbessern des Tauchens,
- Verbessern des Springens,
- Thematisierung des Schwimmens (z. B. Synchronschwimmen)

### **komplexes Anwenden**

- in der Klassenstufe mindestens zwei komplexe Anwendungsformen unter wettkampfnahen Bedingungen benoten,
- entwickelte Techniken werden ergänzt und unter einer speziellen Schwerpunktsetzung angewendet (z. B. Rettungsschwimmen, Synchronschwimmen u. a.),
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 4)

### **lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung benotet (Baderegeln, Wettkampfbregeln, Technikkriterien),
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen,
- Kenntnisse gesundheitsfördernder Wirkungen des Schwimmens,
- Wertigkeit der individuellen Bezugsnorm verdeutlichen,
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle und Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten),
- besondere Berücksichtigung findet die Kritikfähigkeit, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zur Selbst- und Fremdkorrektur, Kooperationsbereitschaft,
- Portfolio anlegen

### **Übersicht zur Stufenspezifik im Lernbereich Schwimmen**

<b>Bewertungsschwerpunkte</b>	<b>Klassenstufen 5 - 7</b>	<b>Klassenstufen 8 - 10</b>
<b>motorischer Basistest</b>	Seilspringen 60 s Linienlauf Klimmziehen Levelllauf	Dreierhopp Liegestützbeugen Durchsteiger 12-min-Lauf
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Demonstration einer Schwimmtechnik (Brust oder Rückenraul) Demonstration des Kopfsprungs vom Beckenrand, hohe Wende Brust- oder Rückenlage Sprünge vom 1m-/3m-Brett Tauchen	Demonstration von zwei Schwimmtechniken (Brust und/oder Rückenraul und/oder Kraul) Demonstration des Startsprungs, hohe Wende Brust- und Rückenlage Kopfsprung vom 3m-Brett und Sprünge vom 3m-Brett
<b>komplexes Anwenden</b>	Schwimmen nach Zeit einer 25m/50m-Strecke nach Wahl und/oder ausdauerndes Schwimmen Demonstration eines Transportgriffes und eines Rettungsgriffes	Schwimmen nach Zeit zwei 50m-Strecken nach Wahl und/oder ausdauerndes Schwimmen Demonstration von mindestens zwei Transport- und zwei Rettungsgriffen

<b>Wissen</b>	einfache bzw. erweiterte Kenntnisse in der Wasserrettung Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung Sicherheitsbestimmungen Baderegeln, Wettkampfregele
<b>Sozialverhalten</b>	gesundheitsfördernde Wirkung des Schwimmens Theoriekontrolle Leistungsportfolio, Ergebnisportfolio Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren bei Wettkämpfen Selbst- und Fremdkorrektur Empathiefähigkeit (bei Ängsten, Hemmungen) eigene Leistungsfähigkeit einschätzen (individuelle Bezugsnorm) prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen

### 3.2.7 Lernbereich: Wintersport

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Sportliche Handlungsfähigkeit wird im Lernbereich Wintersport durch die spezifischen Formen der Fortbewegung auf Eis und Schnee und die damit verbundenen vielfältigen Bewegungs- und Körpererfahrungen besonders erlebnisnah ausgebildet. Der angestrebte Könnenszuwachs äußert sich in verbesserten lernbereichsspezifischen Fertigkeiten auf der Basis einer systematischen koordinativen Vervollkommnung sowie im Verfügen handlungsrelevanten Wissens. Gegebenenfalls kann auf entwickelte Fertigkeiten aus dem Komplex I Grundschule zurückgegriffen werden.

Die Lernbereichsnote orientiert sich vor allem an motorisch – sportlichen Leistungen, die mittels Beobachtung an qualitativen Kriterien erfolgt (z. B. in der Freien Abfahrt, im Geländeparcour auf Skiern, Snowboard bzw. auf Schlitsschuhen). Sie kann durch metrisch-messbare Leistungen ergänzt werden (z. B. Zeitläufe, Biathlon, Orientierungslauf). Entwicklungsspezifische Besonderheiten der Schüler sind zu beachten und durch ein pädagogisch zweckmäßiges Variieren des Bewertungsmaßstabes auszugleichen.

Darüber hinaus sollten lernbereichsspezifische Leistungen und Wissen bezüglich der sachlichen und sozialen Dimension in die Bewertung einfließen.

Das Einbringen von Wahlmöglichkeiten ist eine ergänzende Variante der Leistungsbewertung. Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **motorischer Basistest**

- in der Klassenstufe mindestens einen Test, je nach thematischer Schwerpunktsetzung des Lernbereichs (nach Auswahl des Wintersportgerätes) benoten (siehe Anhang 1, lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests),
- Rhythmisierungs-, Gleichgewichtsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit,
- Beweglichkeit, Ausdauerfähigkeit,
- spezielle Krafftfähigkeiten, Leistungsfähigkeit der Arm-, Rumpf- und Beinmuskulatur,
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2)

#### **wintersportspezifische Fertigkeiten**

- in der Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten,
- situatives Anwenden des Gleitens, Bremsens und Kurvenfahrens,
- (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung)

**komplexes Anwenden**

- in der Klassenstufe mindestens eine komplexe Anwendungsform unter wettkampfnahen Bedingungen benoten,
- schnell und/oder ausdauernd auf Eis und Schnee laufen; zielgenau/synchron auf Eis und Schnee laufen,
- die Ermittlung von Lauf und Fahrzeiten sollte in Form von kleinen Wettkämpfen erfolgen (soziale Bezugsnorm)

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung der zu vermittelnden Wintersportart benotet,
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen,
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten),
- besondere Berücksichtigung findet die gezeigte Leistungsbereitschaft, Kooperationsfähigkeit, Antizipationsfähigkeit, Kritikfähigkeit, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zur Selbst- und Fremdkorrektur,
- Wertigkeit der sozialen Bezugsnorm verdeutlichen,
- Portfolio anlegen

Aufgrund der unterschiedlichen Ausprägung der Niveaustufen und der planungsspezifischen Organisation des Komplexes I und II wird die lernbereichsspezifische Ausweisung der Bewertungsschwerpunkte in Anfänger und Fortgeschrittene gegliedert.

**Übersicht zu den Niveaustufen im Lernbereich Wintersport**

<b>Bewertungsschwerpunkte</b>	<b>Anfänger</b>	<b>Fortgeschrittene</b>
<b>motorischer Basistest</b>	Seilspringen 60 s Liegestützbeugen Schneller Crunch Drehen auf der Turnbank Levelllauf	Seilspringen 60 s Klimmzüge Wandhocke Übersteiger 12-min-Lauf
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>		
Skilanglauf	Gehen, Aufsteigen, Bremsen Diagonalschritt Doppelstockschrub	Halbschrittschuhschritt, Schrittschuhschritt
Ski-alpin	Kleine Sprünge Pflug, Freie Abfahrt Paralleles Grundschwingen	Geschnittene Schwungsteuerung Carving
Snowboard	Schwingen mit Vertikalbewegung Basis-schwung	Geschnittene Schwungsteuerung Freestyle-Elemente
Eislaufen	Gleiten beid- und einbeinig, aus dem Gehen/ Laufen „Rollerfahren“ rechts und links, „Zwiebeln“ Bremstechniken	Canadierbogen, rückwärts Gleiten, Laufen, Übersetzen vor-/rückwärts Bremstechniken

<b>komplexes Anwenden</b>		
Skilanglauf	Skiwanderungen Einzel	Laufwettbewerbe (z.B. Ski-OL) Staffel
Skialpin/Snowboard	Wettbewerb im gebundenen Fahrweg Tore, wechselnde Radien	Geschicklichkeitsparcours, Stangenparcours mit großen Abständen, Formationsfahren Slope Style, Pistentricks
Eislaufen	Staffel- und Spielformen Zeitläufe	Staffel- und Spielformen, Hockey in vereinfachten Formen Zeitläufe
<b>Wissen</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Bekleidung, aktuelle Sicherheitsbestimmungen, FIS- Regeln, Umweltregeln Verhalten bei Ski- und Eisunfällen, Erste Hilfe Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung Gerätkunde, Gerätpflege Wetter- und Lawinenkunde Wettkampfbestimmungen lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher oder schriftlicher Form (Arbeitsblätter, Poster, Sammelmappe, Collage...) Ergebnisportfolio oder Entwicklungsportfolio anlegen	
<b>Sozialverhalten</b>	Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Hilfe, Rücksichtnahme, Empathiefähigkeit, Antizipationsfähigkeit Mitgestalten/Kooperieren bei Wettkämpfen Kritikfähigkeit, Selbst- und Fremdkorrektur Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen (individuelle Bezugsnorm) prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen	

### Empfehlungen zur Leistungsbewertung in den Lernbereichen des Typ 2

Die Lernbereiche des Typ 2 tragen einem weiten Sportverständnis Rechnung. Diese können je nach Schulart klassenstufenübergreifend unterrichtet werden. Durch eine pädagogisch verantwortungsbewusste Unterrichtsgestaltung können die Potenzen der Lernbereiche unter verschiedenen Perspektiven gestaltet und ausgeschöpft werden. Die Auswahl der Lernbereiche sollte sich an den Neigungen der Schüler, den aktuellen Trends sowie den materiellen und personellen Voraussetzungen der Schule orientieren. Lernbereiche ohne Ausweisung im Lehrplan sind in der Fachkonferenz abzustimmen und schulintern auszuweisen.

Die Spezifik der im Lehrplan nicht ausgewiesenen Lernbereiche Typ 2 sollte in einer umfassenden Darstellung der Lernziele und Lerninhalte fixiert werden. In unterschiedlichen Anforderungsniveaus wird die Auswahl der speziellen Zielvorgaben formuliert. Dabei ist die sachliche Dimension zu betonen. Bei der Erstellung einer Lernbereichsplanung (Lernbereichsvorschläge ohne Ausweisung im Lehrplan) sind die im Lehrplan enthaltenen Begriffe bzw. Lernzielbeschreibungen zu verwenden. Die Formulierung der Lernziele und Lerninhalte erfolgt klassenstufenübergreifend. In der Bemerkungsspalte sind diese zu präzisieren und durch überfachliche Ziele zu ergänzen.

Der Lernbereich Wagnis ist als komplexer und zusammenhängender Lernbereich zu unterrichten. Dieser kann Impulse anderer Lernbereiche aufnehmen bzw. für andere Sportarten setzen. Eine thematische Anreihung von Unterrichtsschwerpunkten an andere Lernbereiche ist nicht zweckmäßig.

Einen besonderen Stellenwert nimmt der Lernbereich Fitness ein. Durch die schulartspezifische Planungsverbindlichkeit im Bereich der Sekundarstufe I und II sind die Lerninhalte thematisch zu differenzieren und sportartbezogen in den komplexen Zusammenhang einzuordnen. Die Durchführung des Lernbereichs Fitness wird in den Kurshalbjahren 11/I, 11/II oder 12/I aufgrund der Komplexität des Kurses empfohlen.

### **3.2.8 Lernbereich: Fitness**

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Die gegenwärtige gesellschaftliche Entwicklung wird von einem hohen Grad der aktiven Lebensgestaltung der Menschen mitbestimmt. Die Lebensqualität jedes Einzelnen steht in einer engen Wechselbeziehung zwischen individueller psychischer und physischer Leistungsfähigkeit sowie gegebenen äußeren Bedingungen.

Im Sport kann die Leistungsfähigkeit unter verschiedenen Perspektiven auch trendbezogen unter Beweis gestellt werden. Der Begriff der sportlichen Leistung definiert den Zusammenhang komplexer, sich auf mehrere Bereiche beziehender Faktoren, wie Rahmenbedingungen, psychische Fähigkeiten, taktisch-kognitive Fähigkeiten, Technik sowie physische Leistungsvoraussetzungen. (FRIEDMANN, 2004)

Zur Bewältigung physischer, psychischer und sozialer Anforderungen des Lebens ist ein angemessene Leistungsfähigkeit anzustreben bzw. eine individuelle Fitnessbasis zu schaffen und zu erhalten. Zahlreiche Untersuchungen belegen (siehe WIAD-Studie<sup>1</sup>) einen Rückgang der körperlichen Leistungsfähigkeit bei Kindern und Jugendlichen in den letzten Jahren. Im Bereich der Fitness haben sich die Ausdauer-, Kraft- und Koordinationsleistungen stark verschlechtert. Der Schulsport, insbesondere der Lernbereich „Fitness“ setzt mit seinen Zielvorstellungen an diesem gesellschaftlichen Kritikpunkt an und ist deshalb auch aus medizinischer Sicht bedeutsam.

Die Komplexität des Lernbereiches orientiert sich an der Perspektive Gesundheit in Verbindung mit sportlicher Bewegung. Fachübergreifende, fächerverbindende und sportartübergreifende Bezüge können unter verschiedenen Themenstellungen hergestellt werden.

Die Schüler erkennen die Zusammenhänge zwischen Bewegung, Ernährung, Körperhaltung, Gesundheit und Persönlichkeit und werten sie kritisch. Der Lernbereich Fitness beinhaltet ein besonderes Potential zur pädagogischen Bewertung von Leistungsfortschritt, Anstrengungsbereitschaft, Selbsttätigkeit und Selbstständigkeit.

Die Lernbereichsnote dokumentiert die entwickelte lernbereichsspezifische Handlungsfähigkeit. Diese zielt auf die Fähigkeit der Feststellung der eigenen Leistungsfähigkeit (Fittestest), des Kennens von Trainingsgesetzmäßigkeiten und Trainingsmethoden, des Analysierens der körperlichen Beanspruchung (Sporttheorie und Sportpraxis) und des Erkennens der Notwendigkeit einer gesundheitsorientierten, sportlich-aktiven Lebensgestaltung (Wissen/Sozialverhalten).

Hinweis:

Zur Organisation des Lernbereichs im Sportunterricht und zur inhaltlichen Schwerpunktsetzung können folgende Materialien des Thüringer Landesinstituts für Lehrerfortbildung, Lehrplanentwicklung und Medien (Thillm 2004) genutzt werden:

- Gesundheit und Fitness, Teil 1 (Heft 100)
- Gesundheit und Fitness, Teil 2 (Heft 109)
- Planungsempfehlungen zum Lernbereich Fitness (siehe Anhang 8)

#### **Fittestest**

- Auswahl und Anzahl ausgewogener Tests ist von der Schwerpunktsetzung der Unterrichtsthematik abhängig, mindestens drei sind zu benoten (siehe ausgewählte Fittestests),
- komplexe Überprüfung des Entwicklungsstandes der motorischen Fähigkeiten, besonders der Ausdauerfähigkeit ist zweckmäßig,
- Eingangs- und Endtests können die Wertigkeit der individuellen Dimension verdeutlichen,
- sachliche Bezugsnorm (siehe Anhang 2 bzw. CD-ROM)

---

<sup>1</sup> [www.richtigfit.de](http://www.richtigfit.de)



**komplexes Anwenden**

- je Klassenstufe mindestens zwei entwickelte fitnessbezogene Bewegungsabläufe mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik demonstrieren und benoten,
- Unterrichtssequenzen (z. B. Erwärmung) mit Theoriebezug und Sportartenverknüpfung benoten,
- erstellte Übungsprogramme benoten,
- Bewertungskriterien für Praxis- und Theoriepräsentation (siehe Thillm Gesundheit und Fitness, Teil 1)

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung und Klassenstufe benotet,
- Präsentationsformen mit Praxis- und Theoriebezug einsetzen,
- Bewegungs- und Demonstrationsbeschreibungen vornehmen,
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen,
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten),
- Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zur Selbst- und Fremdkorrektur, Leistungsbereitschaft, Kooperationsbereitschaft und Selbsttätigkeit, berücksichtigen,
- Wertigkeit der individuellen Bezugsnorm verdeutlichen,
- Portfolio anlegen

**Empfehlung zur klassenstufenübergreifenden Planung des Lernbereichs Fitness**

Bewertungsschwerpunkte	Klassenstufen 8 - 10			
	Fitnessstest	3er-Fitness-Test	5er-Fitness-Test	10er-Fitness-Test
		z. B. Schlängellauf Seilspringen 60 s 12-min-Lauf (Liegestütze) u. a.	z. B. Skipping Schlussweitsprung Schneller Crunch 30 s Klimmziehen Levellauf (Wurf-Pass-Kraft) u. a.	z. B. Linienlauf Japantest Schneller Crunch 30 s Klimmziehen Seilspringen 60 s Dreierhopp Standsprung-Reichhöhe Halten im Hang Wurf-Pass-Kraft Levellauf (Klettern) u. a.
<b>komplexes Anwenden</b> ausgewählte Übungen:  Theorie/Praxis:  Planung/Gestaltung:	fitnessbezogene Bewegungsabläufe unter dem Aspekt der Bewegungsqualität demonstrieren und auf Krankmacherübungen hinweisen, z. B. Kraft- und Dehnübungen, einfache und komplexe Koordinationsübungen, Partnerübungen, Choreografien (ausgerichtet auf spezielle Muskelgruppen, z. B. Arme, Bauch, Beine, Rücken, Schulter, Gesäß u. a.)  Unterrichtssequenzen mit Theoriebezug und Sportartenverknüpfung präsentieren, z. B. zu verschiedenen Themenbereichen, wie Erwärmung, Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Gesunder Rücken, Koordination, Ernährung, Fitness- Check, Entspannung, Fitness-Trends u. a.  eigene Übungsprogramme erstellen und durchführen (ausgerichtet auf Schultergürtel, Bauch, unterer Rücken, Beine, Ausdauer, Dehnung/Mobilisation, Gleichgewicht, Spiel/Motivation u. a.)			

<b>Wissen</b>	allgemeine bzw. vertiefte Kenntnisse zu den ausgewählten Themenbereichen Erwärmung, Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Gesunder Rücken, Koordination, Ernährung, Fitness- Check, Entspannung, Fitness-Trends Bewegungsmerkmale, Übungsbeschreibung zweckmäßiger Medieneinsatz Trainingsmethoden, Trainingsgesetzmäßigkeiten, Trainingsplanung Durchführungsbestimmungen von Fitnessstest und Auswertungsmöglichkeiten von Testergebnissen gesundheitsfördernde Aspekte/gesunder Rücken
<b>Sozialverhalten</b>	lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form (Arbeitsblätter, Poster, Sammelmappe, Collage... ) Entwicklungsportfolio anlegen Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren bei Übungsauswahl bzw. beim Erstellen von Übungsprogrammen Selbst- und Fremdkorrektur, Empathiefähigkeit, Selbsteinschätzung Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen (individuelle Bezugsnorm) prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen

### 3.2.9 Lernbereich: Wagnis

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Die Thematisierung verschiedener Perspektiven im Sportunterricht führt zu einer individuellen Schwerpunktsetzung bezüglich der Lernziele und Lerninhalte durch die jeweilige Lehrkraft bzw. Fachkonferenz.

Eine exemplarische Darstellung von Beispielen der Leistungsermittlung und Leistungsbewertung ist daher nur bedingt möglich. Innerhalb der Fachkonferenz sollten entsprechende Beschlüsse gefasst werden, die die Auswahl qualitativer und quantitativer Bewertungsformen beinhalten. Hinweise dieser Handreichung Sport zur Leistungsermittlung und Leistungsbewertung sind situativ zweckmäßig einzusetzen.

### 3.2.10 Lernbereich: Orientierungslauf (OL)

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Entwickelte sportmotorische Fähig- und Fertigkeiten werden im Lernbereich Orientierungslauf unter dem Aspekt der Anwendungsorientierung wettkampfnah ermittelt und bewertet.

Die Lernbereichsnote orientiert sich an messbaren (Laufzeit) und kontrollierbaren (Anzahl/Richtigkeit der gefundenen Posten) Leistungen. Entwicklungsspezifische Besonderheiten der Schüler sind durch ein pädagogisch zweckmäßiges Variieren des Bewertungsmaßstabes und der Übungsauswahl zu berücksichtigen.

Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **lernbereichsspezifische Fertigkeiten**

- mindestens einen entwickelten Bewegungsablauf mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung),
- Orientierungsfähigkeit im Gelände (Umgang mit Karte und Kompass),
- Lauftechnik,
- Laufen und Orientieren verbinden (Kopplungs- und Umstellungsfähigkeit)

#### **komplexes Anwenden**

- mindestens eine komplexe Anwendungsform unter wettkampfnahen Bedingungen benoten,
- thematisierte Wettkampfformen einsetzen bzw. OL mit anderen Sportarten koppeln,
- soziale bzw. individuelle Bezugsnorm erstellen

**lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung benotet (Wettkampfbregeln, Technikriterien, Sicherheitsbestimmungen, Umgang mit Karte und Kompass),
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen,
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokolle und Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten),
- besondere Berücksichtigung findet die Kooperationsbereitschaft, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zur Selbst- und Fremdkorrektur
- Wertigkeit der individuellen Bezugsnorm verdeutlichen
- Portfolio anlegen

**Übersicht zu den Niveaustufen im Lernbereich Orientierungslauf**

<b>Bewertungsschwerpunkte</b>	<b>Anfänger</b>	<b>Fortgeschrittene</b>
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Lauftechnik in verschiedenen Geländeformen (Bergan- und Bergabläufe, Sprints) selbstständig Postenstandorte bestimmen und auffinden lassen	Lauftechnik in verschiedenen Geländeformen mit und ohne Hindernisse (Bergan- und Bergabläufe, Sprints) Laufstaffeln selbstständig Postenstandorte bestimmen und auffinden lassen
<b>komplexes Anwenden</b>	Turnhallen-OL Schulgelände-OL Score-OL Bahn-OL (vereinfacht)	Score-OL, Bahn-OL mit erhöhtem Schwierigkeitsgrad (Anzahl der Posten und Streckenlänge erhöhen, variieren des Profils der Laufstrecke) Gedächtnis-OL Schneeflocken-OL Höhenlinien-OL
<b>Wissen</b>          <b>Sozialverhalten</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Sportkleidung, Erkennen der körperlichen Belastung (Puls) Kartenzeichen, Maßstab, Kartenformen, Kompass Geländeformen, Äquidistanz, Schrittmaß Wettkampfbregeln, Kampfrichtertätigkeit, Sicherheitsbestimmungen Einsatz von Orientierungshilfen lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form Anfertigen von Wege- und Geländeskizzen Verletzungsrisiko, Erste Hilfe, Umweltregeln Einsatzbereitschaft, gezeigte Leistungsbereitschaft Kooperationsbereitschaft, Teamfähigkeit (Partnerlauf) Selbst- und Fremdkorrektur Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen (individuelle Bezugsnorm) prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen Entwicklungsportfolio anlegen	

### **3.2.11 Lernbereich: Inline-Skating**

#### **lernbereichsspezifische Vorbemerkungen**

Inline-Skating als Beispiel einer neuen Form der Spiel- und Bewegungskultur des Lernbereiches Typ 2 erschließt dem Schüler als Trendsportart neue Bewegungsräume.

Vorrang im Unterricht haben eine vielfältige Technikschiulung sowie intensive Vermittlung grundlegender Kenntnisse über Schutzausrüstung und andere Sicherheitsmaßnahmen, um ein möglichst unfallfreies Inline-Skating zu garantieren. Die Erziehung zu sicherem, hilfsbereitem und verantwortlichem Umgang mit besonderen Bewegungssituationen, mit Partnern und Materialien hat in dieser Sportart einen hohen Stellenwert. Zugleich eröffnet der Inhaltsbereich auch zahlreiche Möglichkeiten der individuellen Bewegungsgestaltung.

Erworbene Fertigkeiten werden im Lernbereich Inline-Skating unter dem Aspekt der Leistungs-, Anwendungs- und Gestaltungsorientierung ermittelt und bewertet.

Die Lernbereichsnote orientiert sich an erreichten Bewegungsqualitäten, insbesondere der Demonstrationsfähigkeit. Eine quantitative Leistungsbewertung (soziale Bezugsnorm) sollte erst nach gesicherter Technikvermittlung erfolgen.

Das Einbringen von Wahl- und Streichwerten sowie das individuelle Finden des Leistungskontrollzeitpunktes sind ergänzende Varianten der Leistungsbewertung. Aufgrund des mehrdimensionalen Ansatzes der Leistungsbewertung in diesem Lernbereich ergibt sich folgende Schwerpunktsetzung:

#### **lernbereichsspezifische Fertigkeiten**

- in der Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten mit altersspezifischer Anforderungs- und Leistungscharakteristik benoten (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung),
- Grundtechniken (Anfänger),
- Spezialtechniken (Fortgeschrittene)

#### **komplexes Anwenden**

- in der Klassenstufe mindestens zwei entwickelte Fertigkeiten in einer komplexen Anwendungsform unter der Perspektive Gestaltung benoten,
- verschiedene thematisierte Präsentationsformen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden erstellen,
- Grundlagenausdauer mit Inline-Skatern benoten (soziale Bezugsnorm erstellen),

#### **lernbereichsspezifisches Wissen/Sozialverhalten**

- thematisiert vermitteltes Wissen wird je nach Schwerpunktsetzung und Klassenstufe benotet (Sicherheitsaspekte, Bewegungsmerkmale u. a.),
- lernbereichsbegleitende Kontrollen durchführen,
- Sozialverhalten kann durch eine prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien benotet werden (siehe Anhang 5, Beobachtungsprotokoll zum Sozialverhalten; siehe Anhang 7, Bewertungskriterien zum Sozialverhalten),
- besondere Berücksichtigung findet die Kooperationsfähigkeit, Verantwortungsbereitschaft, Sicherheitsbewusstsein, Fähigkeit zur Selbsteinschätzung und zu sozialem und sportlichem Handeln,
- Portfolio anlegen

**Übersicht zu den Niveaustufen im Lernbereich Inline-Skating**

<b>Bewertungs- schwerpunkte</b>	<b>Anfänger</b>	<b>Fortgeschrittene</b>
<b>sportmotorische Fertigkeiten</b>	Demonstration einfacher Grundtechniken Fallen und Aufstehen Rollen/Gleiten Bremsen Skating-Schritt Kurvenfahrten	Demonstrieren von Grund- und Spezial- techniken Bremsvarianten Push-Technik Rückwärtsfahren Übersteiger Umsteigen/Umspringen
<b>komplexes An- wenden</b>	Demonstrieren von Kombinationen mit verschiedenen Hindernissen (auch mit Paaren oder in Gruppen) und selbst zu- sammengestellten einfachen Kürübungen Grundlagenausdauer (mit Inline-Skatern, auch auf einem Rundkurs möglich (soziale Bezugsnorm erstellen)	Demonstrieren einfacher Show-Elemente (einzeln, in Gruppen, auch mit Musik) Einbeinfahren Kreise und Achten kleine Sprünge, auch mit Hindernissen Grundlagenausdauer überprüfen (soziale Bezugsnorm erstellen) Spiele auf Inline-Skatern
<b>Wissen</b>  <b>Sozialverhalten</b>	Prinzipien der Erwärmung, funktionelle Sportkleidung, Schutzausrüstung Bewegungsmerkmale, Bewegungsbeschreibung Überprüfen von Kenntnissen zu Sicherheitsaspekten und Erster Hilfe erweiterte Kenntnisse zur Geschichte, Straßenverkehrsordnung lernbereichsbegleitende Kontrollen in mündlicher und schriftlicher Form Entwicklungsportfolio anlegen gezeigte Leistungsbereitschaft Mitgestalten/Kooperieren beim Erstellen von Kürübungen Selbst- und Fremdkorrektur, Verantwortungsbereitschaft sportgerechtes und soziales Handeln, Sicherheitsbewusstsein Leistung anderer Schüler akzeptieren- eigene Leistungsfähigkeit einschätzen (indivi- duelle Bezugsnorm) prozessorientierte Bewertung zu ausgewählten Kriterien einsetzen	

### 3.3 Leistungsbewertung im Fach Sport des Gymnasiums der Jahrgangsstufen 11/12

Die Leistungsbewertung im Fach Sport des Gymnasiums der Jahrgangsstufen 11/12 ist ein pädagogischer Prozess und erfordert eine gesonderte gewichtete Berücksichtigung des Verlaufs der individuellen Leistungsentwicklung des Schülers in Bezug auf Wissenserwerb, Kompetenzentwicklung und Werteorientierung (Zieltrias).

Die Planung der Lernbereiche in der Sekundarstufe II sollte sich verstärkt an den Schülerinteressen sowie materiellen und personellen Voraussetzungen der Schule orientieren.

Der Unterricht im Grundkurs Sport wird halbjährlich durchgeführt. Die Lernbereiche des Grundkurses können über mehrere Kurshalbjahre verteilt werden. Sportunterricht in variablen organisatorischen Formen durchzuführen, z. B. als Kompaktkurs, ist sportartspezifisch zweckmäßig und zulässig (siehe Lehrplan Sport Gymnasium). Die Durchführung des Lernbereichs Fitness wird in den Kurshalbjahren 11/I, 11/II oder 12/I aufgrund der Komplexität des Kurses und des hohen zeitlichen Umfangs empfohlen.

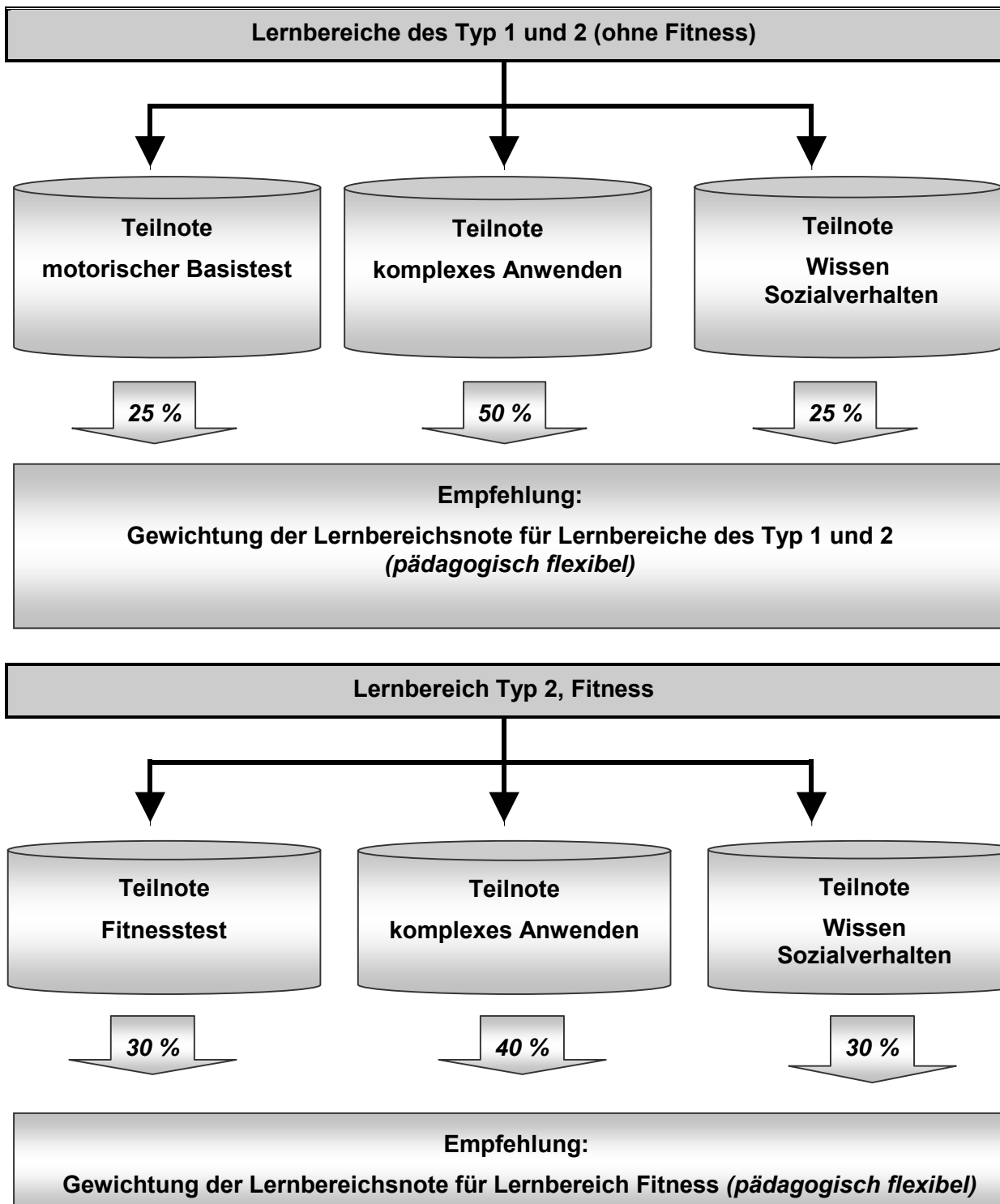
Der Leistungskurs ist mit der vorgeschriebenen Anzahl an Unterrichtsstunden für Sportpraxis und der Sporttheorie gleichmäßig über die Kurshalbjahre zu verteilen (siehe Lehrplan Sport Gymnasium)

Die Kursnote orientiert sich unter Beachtung organisatorischer und planungsspezifischer Gegebenheiten an folgenden Schwerpunkten:

- mit der Bewertung von Schülerleistungen werden qualitative Aussagen zur individuellen Lernentwicklung getroffen,
- durch die Benotung wird der Leistungsstand des Schülers gekennzeichnet,
- unter Berücksichtigung der das Fach Sport lernbereichsbestimmenden Dimensionen sollte grundsätzlich eine qualitative bzw. quantitative Aussage zur Schülerleistung getroffen werden,
- für die quantitative Bewertung von Schülerleistungen sind Bezugsnormen anzuwenden (siehe 2.2),
- für die qualitative Bewertung von Schülerleistungen sind Bewertungsmaßstäbe anzuwenden,
- die einzelnen unter den Bewertungskriterien erbrachten Leistungen werden mit Noten eingeschätzt (siehe 2.2).

Die Kursnote setzt sich aus dem Durchschnitt der Teilnoten des gewählten Lernbereichs zusammen. Bei der Auswahl mehrerer Lernbereiche pro Kurshalbjahr sollte die Gewichtung der Bewertungsschwerpunkte auf die sachliche Dimension ausgerichtet sein. In einem ausgewogenen Verhältnis sollten auch die soziale und individuelle Dimension ihre Berücksichtigung finden. Diese sind anteilmäßig zu bewerten und zu benoten. **Das Übertragen von Teilnoten eines Lernbereichs in ein anderes Kurshalbjahr ist nicht zulässig.**

Die Ermittlung der Kursnote wird mit folgenden Rastern empfohlen: (siehe 2.3 Lernbereichsnote und Schuljahresendnote, siehe CD-ROM Benotungshilfe Sport)



### Besondere Orientierung im Zusammenhang mit den neuen Anforderungen im Lehrplan

Die sportliche Leistung wird mehrperspektivisch erbracht und sollte mehrdimensional bewertet werden. Dieser Zusammenhang zwischen individuellen Leistungsvoraussetzungen, aufgewendeter Anstrengung und erreichtem Leistungszuwachs, unter einer oder mehreren Perspektiven erbracht, sollte dem Schüler verdeutlicht werden. Zu diesem Zweck können Schüler Portfolios zur eigenen Leistungsentwicklung führen.

### 3.4 Berufsbildende Schulen

Die Spezifik der berufsbildenden Schulen besteht in der Vielzahl unterschiedlicher Schularten (Berufsschule, Berufsfachschule, Berufliches Gymnasium, Fachoberschule) und verschiedener Unterrichtsformen (z. B. Teilzeit-, Vollzeit- und Blockunterricht), in denen das Fach Sport verpflichtender Bestandteil der Stundentafeln ist.

Im Fach Sport erwerben die Schüler jene Handlungsfähigkeit die sie zum selbstständigen lebenslangen Sporttreiben befähigt. Auf die Berufswahl orientierend erkennen die Schüler mögliche Fehlbelastungen, gegeben durch einseitige berufliche Tätigkeiten und erwerben Kompetenzen muskulären Dysbalancen vorzubeugen. Durch die Verknüpfung praktischer gesundheitsorientierter Inhalte mit traditionellen Sportarten ist eine alltagsrelevante Kenntnisvermittlung und die Verbesserung motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten gegeben.

Die Entwicklung von Handlungsfähigkeit im Fach Sport erfolgt durch die beiden im Lehrplan ausgewiesenen Lernfelder (Gesundheitsfördernd orientiertes Lernfeld sowie Sportartenorientiertes Lernfeld).

Inhaltliche Schwerpunkte im Lernfeld Gesundheitsorientiertes Sporttreiben sind die Lernbereiche:

- allgemeines gesundheitsorientiertes Muskeltraining,
- tätigkeitsspezifisches gesundheitsorientiertes Muskeltraining für sitzende und stehende berufliche Tätigkeiten,
- tätigkeitsspezifisches gesundheitsorientiertes Muskeltraining für tragende und hebende berufliche Tätigkeiten,
- allgemeines gesundheitsorientiertes Herz-Kreislauftraining,
- Entspannung

Im sportartenorientierten Lernfeld wird die Weiterentwicklung individueller körperlicher, technisch-taktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten in Verbindung mit der Ausbildung sozialer Kompetenzen angestrebt.

Grundlagen für die Leistungsbewertung in den Lernfeldern sind:

- In die Bewertung und Benotung sind die beiden Lernfelder gleichwertig einzubeziehen (je 50 % der Noten).
- Benotungen erfolgen in jedem Schulhalbjahr in beiden Lernfeldern, zur Bildung einer Jahresnote sind dabei in der Regel 6 Noten zu erteilen (siehe BSO §21/2).
- Die Abschlussnote wird aus allen erteilten Leistungsnachweisen der beiden Lernfelder gebildet (siehe BSO §34/1).

Als Arbeitsgrundlage für die Erstellung von Leistungsbewertungen durch die Fachkonferenz Sport sind neben dieser Handreichung vor allem in Bezug auf das Lernfeld gesundheitsfördernd orientiertes Sporttreiben heranzuziehen:

- Handreichung zu den gesundheitsfördernd orientierten Lernbereichen des Lehrplans Sport an BS/BFS, Comenius-Institut Radebeul 2003
- Thillm Materialien, Gesundheit und Fitness Teil 1 und 2, Bad Berka 2004

Bei der Leistungsermittlung im sportartenorientierten Lernfeld sind die Ausführungen dieser Handreichung (siehe vor allem Abschnitte Mittelschule und Gymnasium) zu Grunde zu legen.



#### 4. Portfolio im Sportunterricht

Die inhaltliche mehrperspektivische Ausrichtung des Sportunterrichts und die damit verbundene mehrdimensionale Variabilität der Bewertung von Schülerleistung fordert nach Bestimmungsmöglichkeiten zur Reflexion der Position des Schülers bezüglich des individuellen Lernprozesses. Durch die Anregung von Selbstbewertungsprozessen lernen die Schüler ihren Leistungsstand und ihre Lernentwicklung selbst einzuschätzen und zu vergleichen (BRUNNER/SCHMIDINGER 1997).

Das Portfolio im Sportunterricht stellt eine Auswahl von Arbeiten dar, die im Verlauf der Schulzeit oder in einem bestimmten schulischen Entwicklungszeitraum eigenverantwortlich zusammengestellt werden. Schulische Ziele, die durch Portfolio in einer besonderen Form umgesetzt werden können sind z. B.: (PRES 2004)

- Dokumentieren der individuellen Leistungsfähigkeit des Schülers,
- Schulen der Selbst- und Fremdeinschätzung,
- Fördern der Selbsttätigkeit,
- Verdeutlichen des lehrplanbezogenen Lernzuwachses innerhalb eines Lernbereiches,
- Verbessern der Beurteilungsmöglichkeit von Projektunterricht,
- Fördern eigenverantwortlichen Lernens,
- gerechtes Beurteilen eines differenzierten Lernangebotes,
- Erkennen des individuellen Lernweges des Schülers,
- Erkennen der Begabung und des Talents eines Schülers.

Dabei kann das Portfolio schülerbezogen unter folgenden Zielsetzungen angelegt werden:

- Transparenz des sportlichen Entwicklungsprozesses (Entwicklungsportfolio),
- Präsentation der Leistungsfähigkeit und des Könnenzuwachses (Ergebnisportfolio),
- Präsentation besonderer Stärken, d.h. Darstellung der Leistungsfähigkeit und des Leistungspotentials (Leistungsportfolio) und der Lernfähigkeit und des Lernpotentials (Lernportfolio).

Je nach Zielstellung wird ein „Speichermedium“ angelegt, das die Individualität des Schülers in Bezug zum schulischen- und außerschulischen Sport dokumentiert. Die Schwerpunktsetzung sowie der quantitative und qualitative Umfang ist schulart- und klassenstufenabhängig und sollte eine ständige Überarbeitung und eine Bewertung bzw. Benotung zulassen.

Das Portfolio kann somit folgende wesentliche Aufgaben zur Förderung des Lernprozesses erfüllen:

- selbstkritische Einschätzung des Soll-Ist-Standes im Lernprozess,
- Motivation zum konsequenten Lernen,
- Transparenz des Entwicklungsprozesses für alle Beteiligten,
- Antizipation von Entwicklungszielen.

Die Möglichkeiten der Dokumentation und die Formen der Präsentation im Rahmen eines Portfolios sind sehr vielfältig. Die thematische Ausrichtung bestimmt zugleich die Auswahl und die Möglichkeit den aktuellen Arbeitsstand im weiteren Verlauf des Entwicklungsprozesses zu ergänzen. Folgende Präsentationsformen können zum Einsatz kommen:

- Hefter, Ordner, Sammelmappen;
- Plakate, Collagen;
- Schaubilder;
- Arbeitsblätter zu Techniken, Spielregeln, Wettkampfbestimmungen;

- Urkunden, Leistungsscheine;
- Leistungskarten, Trainingsprotokolle;
- Beobachtungsprotokolle, Protokolle zur Bewertung in Gruppen, Übersicht zu Beurteilungskriterien bei Selbstbewertung;
- Fotodokumentationen, Videoreportagen (zur Technikanalyse, zu Komplexübungen);
- Sporttagebuch;
- Mind-map, Referate;
- Projektdokumentationen mit Computereinsatz usw.

Weitere Dokumentationsmöglichkeiten stehen offen und können durch die Ideen und die Kreativität der Schüler ergänzt werden.

Bei der Planung von Portfolioarbeit sind folgende Vorüberlegungen notwendig, die vom Lernenden und Lehrenden gemeinsam getroffen werden:

- Auswahl eines geeigneten Themas,
- Ausrichten der Lernziele,
- Zeit- und Organisationsziele,
- Erstellen eines Aufgabenkataloges,
- Erreichen möglicher Lernprodukte.

Durch diese zielgerichtete Planung kann der Portfolioprozess strukturiert werden:

1. Lernziele planen und umsetzen
2. Lernprodukte/Dokumente sammeln
3. Produkte auswählen
4. Auswahl begründen/Reflexionen
5. ggf. modifizieren und/oder neue Lernziele planen

In dem für das Portfolio geplanten zeitlichen Rahmen sollten die Sportlehrer als Kontaktpersonen/Ansprechpartner zur Verfügung stehen. Wird ein Portfolio über mehrere Klassenstufen angelegt, so muss eine Abstimmung über Ziele und Inhalte sowie Bewertungskriterien innerhalb der Fachkonferenz erfolgen. Der Ansprechpartner ist in zeitlich terminisierten Abständen aufzusuchen, um dem Schüler ein Feed-back über seinen Bearbeitungsstand geben zu können.

Im Anschluss werden unterschiedlich thematisierte Portfoliobeispiele gegeben, deren Einsatz klassenstufen- und lernbereichsbezogen abzuwägen ist: (PRES, 2004)

<b>Sporttagebuch</b>	
Name: _____	Datum: _____
1. Bestimme die Sportarten, in denen du deine Leistungsfähigkeit verbessern konntest.	
2. Gib die Sportarten an, in welchen du dich deiner Meinung nach noch stark verbessern musst.	
3. Nenne die Sportart(en), wo du einen besonderen Leistungszuwachs verzeichnen kannst. Versuche es zu erklären.	

Benote dich in folgenden Sportarten:

Basketball	<input type="text"/>	Leichtathletik	<input type="text"/>
Fußball	<input type="text"/>	<i>Sprint (50m)</i>	<input type="text"/>
Badminton	<input type="text"/>	<i>Weitsprung</i>	<input type="text"/>
Gerätturnen	<input type="text"/>	<i>Wurf</i>	<input type="text"/>
Schwimmen	<input type="text"/>	<i>Ausdauer (1000 m)</i>	<input type="text"/>

### Portfolio-Selbsteinschätzung: Kooperation/Wettbewerb (soziale Dimension)

Name: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Ich, als Schüler, schätze heute die/meine bisherige Entwicklung im Lernbereich \_\_\_\_\_ wie folgt ein:

☺☺☺ sehr zufrieden                      ☺☺ zufrieden                      ☺ selten zufrieden

z. B. Perspektive Kooperation/Wettbewerb	☺☺☺	☺☺	☺	Bemerkungen
Mit meiner Klasse/Gruppe bin ich...				
Die Kooperationsbereitschaft innerhalb meiner Klasse/Gruppe stellt mich ...				
Mit der Wettbewerbsorientierung in meiner Klasse bin ich ...				
Mit den Umgangsformen im Sport bin ich ...				
Mit meinem Bemühen schwächeren Schülern zu helfen bin ich ...				
Meine Stärken im Wettbewerb einbringen zu können macht mich ...				
...				

Beurteilung eines Portfolios:

Die **Beurteilung** der Portfolioarbeit im Sport sollte auf den **Arbeitsprozess**, das **Arbeitsergebnis**, die **Form** und **Gestaltung**, die **Reflexion** sowie den **Gesamteindruck** gerichtet sein und vorrangig durch eine die Arbeit würdigende verbale oder schriftliche Einschätzung des Lehrers erfolgen. Bei der Bewertung sollen die Schülervorschläge ihre Berücksichtigung finden. Die Schüler erhalten die Möglichkeit, ihr Portfolio vor der endgültigen Beurteilung zu verbessern.

Es empfiehlt sich zum Ende der Klassenstufen 4, 7 und 10 sowie der Jahrgangsstufe 12 die Portfolioarbeit zu benoten.

Hierzu können folgende allgemeine Beurteilungskriterien zur Anwendung kommen: (PRES, 2004)

- (1) Kriterien zur Beurteilung des Arbeitsprozesses
  - Arbeitsgeschwindigkeit bei der Themenfindung und Aufnahme der Arbeitsaufträge
  - Entwickeln einer individuellen Arbeitsstrategie
  - Entwickeln von Teamfähigkeit
  - Terminisieren der Arbeit
  - Entwickeln eines Arbeitsstiles (konsequent, motiviert, zielorientiert)
  - Fähigkeit zur Selbsteinschätzung
- (2) Kriterien zur Beurteilung des Arbeitsergebnisses
  - Verständlichkeit des dargestellten Inhalts
  - Sachlichkeit, Richtigkeit und Umfang des Inhaltes
  - Eigenständigkeit der Arbeit
  - Kreativität und Individualität der Darstellung
- (3) Kriterien für die Beurteilung von Form und Gestaltung
  - Berücksichtigen formaler Vorgaben
  - Niveau der äußeren Form
  - Einsatz von Medien und Visualisierungshilfen
- (4) Kriterien für die Beurteilung der Reflexion
  - Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit
  - Beurteilen des Entwicklungsprozesses
  - Erstellen von Modifizierungsvorschlägen
- (5) Gesamteindruck

Kompetenzstufe E:*	Der Bereich wurde souverän gelöst und überzeugend umgesetzt.
Kompetenzstufe D:	Der Bereich wurde gut gelöst und gut umgesetzt.
Kompetenzstufe C:	Der Bereich wurde allgemein zufriedenstellend bearbeitet und nur wenig überzeugend umgesetzt.
Kompetenzstufe B:	Der Bereich wurde lückenhaft bearbeitet und kaum umgesetzt.
Kompetenzstufe A:	Der Bereich wurde nicht verstanden, mangelhaft umgesetzt und der Arbeitsauftrag muss überarbeitet werden.

\*nach dem Europ. Referenzrahmen

Die Beurteilungskriterien und die Kompetenzstufen sollen für den Schüler transparent sein. Daraus kann folgende Gesamteinschätzung des Portfoliobeitrages erstellt werden:

Gesamteindruck des Portfoliobeitrages (Kriterien):	Kompetenzstufen				
	E	D	C	B	A
Beurteilung des Arbeitsprozesses					
Beurteilung des Arbeitsergebnisses					
Beurteilung von Form und Gestaltung					
Reflexion					
Gesamteindruck					

Der Schüler erhält zusammenfassend eine Rückmeldung (Kurzbericht) zu den einzelnen Kriterien. Möglichkeiten der Selbsteinschätzung sollten gegeben werden. Zusätzlich kann der Schüler hilfreiche Tipps erhalten. Eine abschließende **mündliche Präsentation** ist einzuplanen und zu benoten.

Eine weitere Form der Qualitätseinschätzung eines Portfolios (nach WINTER 2000a) sei an folgendem Beispiel aufgezeigt.

Portfolio von			
Name: _____			
Klasse: _____		Schuljahr: _____	
Zeitraum der Bearbeitung: _____			
1. Wie viele Dokumente enthält das Portfolio? <input style="width: 50px;" type="text"/>			
2. Gesamteinschätzung des Portfolios			
a) strukturierende Elemente	vorhanden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Gestaltung	sorgfältig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) fachliche Substanz	hoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Kommentare/Reflexion	sorgfältig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Fortschritt	erkennbar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
weitere Hinweise:			
3. Einschätzung des Dokumentes zum Thema			
a) Umfang	hoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Gliederung	gut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) fachliche Tiefe	hoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) fachliche Breite	hoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Gestaltung	sorgfältig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Quellenangaben	vollständig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Kommentare/Reflexion	sorgfältig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Einschätzung des Dokumentes zum Thema			
a) Umfang	hoch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Portfoliogespräch am <input style="width: 100px;" type="text"/>			
Datum: _____		Unterschrift: _____	

## **5. Sportförderunterricht - organisatorische Hinweise**

Der Sportförderunterricht ist ein den obligatorischen Sportunterricht ergänzendes Zusatzangebot für Schüler mit einem besonderen Förderbedarf.

Die veränderten Lebensbedingungen und der damit verbundene Bewegungsmangel führen bei einer zunehmenden Anzahl von Schülern zu Einschränkungen, die den Sportunterricht ergänzende Fördermaßnahmen erforderlich machen. Dazu zählen insbesondere auch Angebote des Sportförderunterrichts.

Der Sportförderunterricht kann zusätzlich zum obligatorischen Sportunterricht an den Schulen durchgeführt werden. Er ist vor allem für Schüler bestimmt, die motorische und psycho-soziale Auffälligkeiten aufweisen, und zielt darauf ab, ihre Bewegungsentwicklung positiv zu beeinflussen sowie ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu steigern.

Oft korrelieren schulische Lernleistungen und auffälliges psycho-soziales Verhalten bei Schülern sehr eng mit körperlichen Entwicklungsrückständen und motorischen Leistungsdefiziten. Daher dient der Sportförderunterricht auch der Steigerung einer allgemeinen schulischen Lern- und Leistungsfähigkeit und verbesserten Integration der Schüler in das Schulleben.

Im Sportförderunterricht sollen Schüler mit motorischen und psychosozialen Auffälligkeiten durch eine besonders qualifizierte Lehrkraft langfristig und gezielt gefördert werden. Sie sollen sich der Leistungsfähigkeit ihres Körpers (wieder) sicher werden und jene Kompetenzen erwerben, die für die Teilnahme am Bewegungsleben der Gleichaltrigen in der Schule aber auch im Freizeitbereich wichtig sind.

Die Auswahl der Schüler für den Sportförderunterricht erfolgt unter Beteiligung der Erziehungsberechtigten und ist vorrangig unter spezifischen sportpädagogischen Förderkriterien durchzuführen. Der Münchner Fitness-Test ([www.sportunterricht.de](http://www.sportunterricht.de)) ist ein geeignetes Verfahren zur Auswahl von Schülern.

Ziel des Sportförderunterrichts ist die ganzheitliche Förderung der Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen durch Bewegung, Spiel und Sport unter besonderer Berücksichtigung der Gesundheit. Dabei sollen didaktische Prinzipien wie Kindgemäßheit, Offenheit, Freiwilligkeit und Selbstständigkeit im Vordergrund stehen.

Mangel an Bewegungserfahrungen bzw. einseitige Anforderungen führen in der Regel zu körperlichen Einschränkungen und ziehen häufig psychische und soziale Belastungen und Probleme der Kinder und Jugendlichen nach sich. Deshalb soll der Sportförderunterricht zusätzlich einen Ausgleich für psycho- soziale Probleme bieten. Er dient den Schülern zur Steigerung des Selbstwertgefühls, zur Entwicklung einer positiven Grundeinstellung und als Bereich der psychischen Entspannung und des sozialen Wohlbefindens.

Im Sportförderunterricht sollten alle Lernbereiche des Lehrplans einbezogen werden, soweit dies sinnvoll und organisatorisch möglich ist. Die Auswahl der Inhalte soll sich vornehmlich an den grundlegenden und spezifischen Bedürfnissen der an ihm teilnehmenden Schüler orientieren. Eine entsprechende Differenzierung der Angebote ist deshalb besonders notwendig. Anregungen aus dem Bewegungsleben und Spielverhalten der Schüler sollten berücksichtigt und aufgenommen werden. Inhaltliche Schwerpunkte stellen - insbesondere im Grundschulbereich - elementare Körper- und Bewegungserfahrungen und die Förderung bzw. Entwicklung sozialer Kompetenzen dar. Der Förderung von Wahrnehmung und Bewegungskoordination kommt eine besondere Bedeutung zu. Daneben sollten eine vielfältige Beanspruchung der Muskulatur sowie eine Erhöhung der physischen wie psychischen Belastbarkeit bzw. Leistungsfähigkeit angestrebt werden.

Inhaltliche Schwerpunkte bilden darüber hinaus insbesondere der Aufbau von Befähigung und Motivation zum Sporttreiben in Schule und Freizeit und die Vermittlung von Kompetenzen im Hinblick auf eine dem individuellen Leistungsvermögen angemessene sportliche Belastung.

---

Die inhaltlichen Schwerpunkte beziehen sich auf Maßnahmen:

- zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten und elementarer motorischer Fertigkeiten durch vielfältige Bewegungsangebote in Verbindung mit der Wahrnehmungsschulung
- zum Ausgleich von Haltungsschwächen des Rumpfes und der Füße durch Kräftigung und Dehnung der betroffenen Muskelgruppen
- zum Ausgleich von Organleistungsschwächen durch die Verbesserung der aeroben Ausdauerfähigkeit
- zur Integration von Schülern und zum Abbau sozialer Randstellungen durch spezifische auf die Probleme und Schwierigkeiten der Schüler ausgerichtete Angebote
- zur Förderung der sportlichen Handlungskompetenz als Voraussetzung zur Teilnahme an Bewegungsaktivitäten in der Freizeit.

Die Qualifikation der im Sportförderunterricht tätigen Lehrkräfte unterliegt besonderen Anforderungen. Eine Zusatzausbildung ist erforderlich. Diese kann sowohl während des universitären Studiums als auch im Rahmen der Lehrerfortbildung erworben werden. Letztere wird von den Universitäten des Freistaates Sachsen und den sächsischen Regionalschulämtern angeboten.

## **6. Rechtsfragen im Schulsport**

Auszüge aus dem Sächsischen Schulgesetz und Schulordnungen

A1] Schulgesetz für den Freistaat Sachsen (SchulG)  
Neufassung vom 16. Juli 2004 (SächsGVBl. S. 298)

Auszug

3. Teil

### **§ 44 Lehrerkonferenzen**

(1) Lehrerkonferenzen sind die Gesamtlehrerkonferenz und die Teilkonferenzen, insbesondere die Fachkonferenz ...

Die Lehrerkonferenzen beraten und beschließen alle wichtigen Maßnahmen, die für die Unterrichts- und Erziehungsarbeit der Schule notwendig sind. Dabei beachten sie ... die pädagogische Verantwortung des einzelnen Lehrers.

A2] Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus über den Besuch öffentlicher Schulen im Freistaat Sachsen (Schulbesuchsordnung – SBO); vom 12. Aug. 1994 (SächsGVBl. S. 1565); geändert durch die Verordnung vom Febr. 2004 (SächsGVBl. S. 66)

### **§ 2 Verhinderung**

(3) ... Bei auffällig häufigen oder langen Erkrankungen kann der Schulleiter vom Entschuldigungspflichtigen die Vorlage eines amts- oder vertrauensärztlichen Zeugnisses verlangen.

(4) Tritt der Verhinderungsgrund während des Schulbesuches ein, kann der unterrichtende Lehrer den Schüler vorzeitig aus dem Unterricht entlassen.

### **§ 3 Befreiung**

(1) Ein Schüler kann nur in besonderen Ausnahmefällen ... auf Antrag der Erziehungsberechtigten ... vom Unterricht in einzelnen Fächern ... befreit werden.

(2) Über Art und Umfang der Befreiung vom Sportunterricht aus gesundheitlichen Gründen entscheidet bis zu einer Dauer von vier Wochen der Sportlehrer. Die Befreiung kann ab der Dauer von einer Woche von der Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses abhängig gemacht werden. Ab der Dauer von vier Wochen bedürfen Sportbefreiungen aus gesundheitlichen Gründen der amtsärztlichen (jugendärztlichen) Bestätigung. Sofern der Befreiungsgrund offenkundig ist, kann auf die Vorlage der ärztlichen Zeugnisse verzichtet werden.

(Hinweis: VwV des SMK und des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales, Gesundheit und Familie zur Befreiung vom Sportunterricht vom 01. März 1996 /ABI. SMK S. 223)

## **6.1 Rechtsfragen - Grundschule**

B3] Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus über Grundschulen im Freistaat Sachsen (Schulordnung Grundschulen – SOGS) vom 03. August 2004 (SächsGVBl. S. 312)

Abschnitt 3

§ 10 Aufsicht;

Abschnitt 5

§ 14 Grundlagen der Leistungsbewertung;

§ 15 Bewertung von Leistungen, ...



## 6.2 Rechtsfragen - Mittelschule

B2] Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus über Mittelschulen im Freistaat Sachsen und deren Abschlussprüfungen (Schulordnung Mittelschulen Abschlussprüfungen – SOMIAP) vom 03. August 2004 (SächsGVBl. S. 325; MBl. SMK S. 317)

Abschnitt 3

§ 14 Aufsicht;

Abschnitt 5

§ 19 Grundlagen der Leistungsbewertung;

§ 20 Bewertung von Leistungen, ...

## 6.3 Rechtsfragen - Gymnasium

B1a] Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus über allgemein bildende Gymnasien im Freistaat Sachsen (Schulordnung Gymnasien – SOGY) vom 03. August 2004 (SächsGVBl. S. 326), berichtigt durch Berichtigung vom 27. Oktober 2004 (SächsGVBl. S. 576)

Abschnitt 3

### § 15 Aufsicht

- (1) Die Aufsichtspflicht der Schule erstreckt sich auf den Zeitraum, in dem die Schüler am Unterricht und an den anderen schulischen Veranstaltungen teilnehmen, ... .
- (4) Die Schüler sind im erforderlichen Umfang aktenkundig über Unfallverhütung zu belehren.

Abschnitt 5

### § 19 Grundlagen der Leistungsbewertung

- (2) Die Ermittlung, Beurteilung und die daraus folgende Bewertung von Leistungen auch im Profil liegen in der Verantwortung der beteiligten Lehrer.
- (3) Grundlage der Leistungsbewertung in einem Unterrichtsfach und im Profil sind alle vom Schüler im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten schriftlichen, mündlichen und praktischen Leistungen. ... Dem Schüler ist die erteilte Note jeweils bekannt zu geben. Der Fachlehrer hat zu Beginn des Schuljahres bekannt zu geben, wie er in der Regel die verschiedenen Leistungen bei der Notenbildung gewichtet wird.
- (4) Die allgemein für die Bewertung der Leistungen in den einzelnen Fächern maßgebenden Kriterien hat der Fachlehrer den Schülern und, soweit die Schüler nicht volljährig sind, ihren Eltern darzulegen.

## § 20 Bewertung von Leistungen

- (1) Leistungen werden nach dem Grad des Erreichens von Lernanforderungen bewertet. ... Dabei sind festgestellte Teilleistungsschwächen in der Sekundarstufe I angemessen zu berücksichtigen.
- (2) Die einzelnen ... erbrachten Leistungen werden mit folgenden Noten bewertet:

1.	"sehr gut"	(1),	wenn die Leistung den Anforderungen im besonderen Maße entspricht
2.	"gut"	(2),	wenn die Leistung den Anforderungen voll entspricht
3.	"befriedigend"	(3),	wenn die Leistung im Allgemeinen den Anforderungen entspricht
4.	"ausreichend"	(4),	wenn die Leistung zwar Mängel aufweist, aber im Ganzen den Anforderungen noch entspricht
5.	"mangelhaft"	(5),	wenn die Leistung den Anforderungen nicht entspricht, jedoch erkennen lässt, dass die notwendigen Grundkenntnisse vorhanden sind und die Mängel in absehbarer Zeit behoben werden können
6.	"ungenügend"	(6),	wenn die Leistung den Anforderungen nicht entspricht und selbst die Grundkenntnisse so lückenhaft sind, dass die Mängel in absehbarer Zeit nicht behoben werden können

B1a] Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus über die gymnasiale Oberstufe und die Abiturprüfung an allgemein bildenden Gymnasien im Freistaat Sachsen (Oberstufen- und Abiturprüfungsverordnung - OAVO) vom 15. Januar 1996 (SächsGVBl. S. 26), geändert durch Verordnung vom 03. August 2004 (SächsGVBl. S. 351)

## § 14 Zeugnisse

... . Arbeitsgemeinschaften werden nicht bewertet; ... .

## § 19 Bewertung im Fach Sport

Im Fach Sport wird die Gesamtbewertung für die Kurshalbjahre aus den in den einzelnen Sportarten der gewählten Kombination erteilten Bewertungen gebildet. Die Gewichtung der Einzelbewertungen erfolgt entsprechend den zeitlichen Anteilen im Kurshalbjahr.

## 6.4 Weitere Verordnungen

Verordnung des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus über die Lehrerkonferenzen (Lehrerkonferenzverordnung – LkonfVO vom 12. Juli 1994/SächsGVBl.S.1452, geändert durch die Verordnung vom 21. Juli 2004/SächsGVBl. S. 353)

Erster Abschnitt

### § 4 Fachkonferenzen

- (1) Die Fachkonferenz berät und beschließt ..., die ausschließlich für das jeweilige Fach ... von besonderer Bedeutung sind. Dazu gehören insbesondere:
3. Umsetzung der Lehrpläne, Abstimmung der Stoffverteilungspläne ...
  4. fachspezifische Fragen der Leistungsermittlung und -bewertung ...

## 6.5 Hinweise zur Organisation des Sportunterrichts

Für den im Schulsport tätigen Lehrer ergeben sich daraus im besonderen folgende Pflichten:

...

- b) Alle, die am Sportunterricht beteiligt sind, müssen eine geeignete Sportkleidung tragen.
- c) Die Sporttreibenden müssen vor Beginn der Sportstunde gefährdende Dinge wie z. B. Uhren, Schlüssel, Schmuck ablegen. Brillenträger sollten Sportbrillen tragen.
- ...
- e) Die Sportgeräte müssen fortlaufend technisch überprüft und bestimmungsgemäß gebraucht werden.
- f) Schwimmunterricht erteilen und Aufsicht beim Schwimmen und Baden wahrnehmen dürfen nur Sportlehrer, die mindestens das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen in Bronze erworben haben. Aus Gründen der Sicherheit und des Lernerfolges dürfen nur maximal 20 Schüler pro Lehrkraft, im Grundschulbereich sollten es maximal 16 Schüler sein im Schwimmunterricht unterrichtet werden.
- g) Skiunterricht darf nur von Lehrkräften erteilt werden, die
  - in der Sportlehrausbildung im Skilauf ausgebildet worden sind,
  - im Besitz einer gültigen Lizenz eines Landesskiverbandes oder des Deutschen Verbandes für das Skilehrerwesen e.V. sind und
  - einen Skikurs der Sächsischen Akademie für Lehrerfortbildung erfolgreich abgeschlossen haben.
- h) Die Gruppenstärke beim Skilauf soll 16 Schüler nicht übersteigen. ...

## 6.6 Attestation - Zeugniseintragungen

1. Liegt eine Vollbefreiung vom Sportunterricht vor, erfolgt keine Benotung. Auf dem Zeugnis werden hinter dem Fach Sport Striche eingetragen. Unter Bemerkungen steht: Keine Benotung im Fach Sport, da Vollbefreiung.
2. Liegt eine Teilbefreiung vor, erfolgt eine Benotung. Hier wird vom Fachlehrer das notwendige pädagogisch-psychologische Geschick bei der Notenfindung erwartet.
3. Grenzfälle bedürfen einer genauen Prüfung vor Ort. Findet die Schule keine Lösung, wendet sie sich an die zuständige Schulaufsichtsbehörde.

## **Literaturverzeichnis**

- Bohl, Th.: Prüfen und Bewerten im Offenen Unterricht. Weinheim und Basel 2004
- Brunner/Schmidinger, E.: Portfolio-einerweitertes Konzept der Leistungsbeurteilung. In Erziehung und Unterricht. 147. Jg./Heft 10/ Dezember 1997. S.1072-1086
- Friedmann, K.: Fit sein durch Ausdauer und Kraft. Reutlingen 2004
- Hartmann, C.; Senf, G.: Sport verstehen - Sport erleben. Comenius-Institut Radebeul. 1997
- Helmke, A.: Unterrichtsqualität- erfassen, bewerten, verbessern. Seelze 2003
- Jürgens, E.: Leistungserziehung und Leistungsbeurteilung: schulpädagogische Grundlegung und Anregungen für die Praxis. Neuwied 2000
- Klafki, W.: Neue Studien zur Bildungstheorie und Didaktik. Weinheim und Basel 1985
- Köck, P./Ott, H.: Wörterbuch für Erziehung und Unterricht. Donauwörth 2002
- Pres, U.: Der Einsatz von Portfolios in der Lehrerbildung und im schulischen Alltag. Mainz 2004
- Rusch, H.; Weineck, J.: Sportförderunterricht. Lehr- und Übungsbuch zur Förderung der Gesundheit durch Bewegung. Verlag Hofmann Schorndorf. 1998
- Sacher, W.: Leistungsbeurteilung in der neuen Lernkultur. Script der Tagung des Comenius-Instituts. Dresden 2004
- Sacher, W.: Prüfen-beurteilen-benoten: theoretische Grundlagen und praktische Hilfestellungen für den Primar- und Sekundarbereich. Bad Heilbrunn. 1994
- Schnabel, G. u. a. (Hrsg.): Trainingswissenschaft - Leistung, Training, Wettkampf. Sportverlag Berlin. 2003
- Weinert, F. E.: Leistungsmessungen in Schulen. Weinheim. Basel. Bonn 2001
- Winter, F.: Guter Unterricht zeigt sich in seine Werken. In Lernende Schule. 3.Jg/2000a/ Heft 11. S.42-46
- Winter, F.: Leistungsbewertung. Grundlagen der Schulpädagogik Bd. 49. Hohengehren 2004
- Ziegenspeck, J. W.: Handbuch Zensur und Zeugnis in der Schule. Bad Heilbrunn. 1999
- SMK, Empfehlung zur Leistungsermittlung und Leistungsbewertung in der Grundschule. Dresden. 2005

## **Handreichungen anderer Bundesländer**

- Handreichung zur Leistungsermittlung und Leistungsbewertung im Schulsport Sekundarstufe I, Lisum Brandenburg, 2002
- Handreichung zum Lehrplan Sport S I, Pädagogisches Zentrum Rheinland-Pfalz, Bad Kreuznach, 2001
- Handreichung zum Lehrplan Sport S II, Pädagogisches Zentrum Rheinland-Pfalz, Bad Kreuznach, 2000
- Bewertung von Schülerleistungen im Schulsport; Heft 44, Thillm, Bad Berka 2004
- Lernbereich Gesundheit und Fitness, Teil 1, Heft 100, Bad Berka 2004
- Lernbereich Gesundheit und Fitness, Teil 2, Heft 109, Bad Berka 2004.

## **Internet**

[www.sportunterricht.de](http://www.sportunterricht.de)

[www.richtigfit.de](http://www.richtigfit.de)

[www.sportunterricht.ch](http://www.sportunterricht.ch)

**Anhang 1 - Lernbereichsspezifische Zuordnung des motorischen Basistests/Fitnesstest <sup>1</sup>**

	Leichtathletik	Turnen	Basketball	Fußball	Handball	Hockey/Unihockey	Volleyball	Badminton	Tischtennis	Tennis	Gymnastik/Aerobic/Tanz	Judo	Ringn	Schwimmen	Skialpin/Snowboard	Eislauf	
Schlussweitsprung	E		A	A	E	E	A	A	E	E							Sprungkraft/ Schnellkraft
Dreierhopp	A		A	E	A	A		A	A	A		E	E			E	
Standspr.-Reichh.			E				E										
Seilspringen 60 s		E		A	A					A	E	A	A	E	E	A	
Seilspringen 30 s		A				A	A	E	E	E	A				A		
Schlingellauf	E			E	E	E											Schnelligkeit
Lauffest	A			A			A	A	A	A	E	E	E		A	A	
Ringe ablegen			A		E	E									E	E	
Linienl. 9-3-6-3-9			E	E	A		E	A	A	A		A	A	E	A	A	
Japantest					A	A	E	E	E	E	A	A	A				
Klimmziehen	E	E		A	A	A					E	A	A	E	E		Kraft
Liegestützbeugen	A	A		E	A	E	A	A	A	A	A	E	A				
Klettern		E										E	E				
Wandhocke		A				A						A	E		E	E	
Halten im Hang	A	E										E	E				
Wurf-Pass-Kraft	E		E		E		A	A	A	A		A	A	A			
Schneller Crunch	A	A									E	A	A		A	A	
Med.-ballweitwurf			A		E		E	E	E	E	A						
Ballreaktionstest			E	A	A	A	E		E	A							Koordination/ Beweglichkeit
Drehungen Bank		E									E	E	E		E	E	
Skipping	E		A		A			E	A	E						A	
Hockernummernl.			E	E	E	E	E										
Übersteiger		E									E	E	E	E	A	A	
Levellauf	A			E	E	E				A				E	E	E	Ausdauer
12-min-Lauf <sup>2</sup>	E			A	A	A				E				A	E	A	

sachliche Bezugsnorm zu Übungen/Tests, mit Ausweisung in der Handreichung Sport

E: Empfehlung

A: Alternative

<sup>1</sup> siehe CD-ROM

<sup>2</sup> 9-min-Lauf in Klassenstufe 3 und 4 (empfohlen für ausgewählte Sportspiele, Leichtathletik und Schwimmen)

**Beschreibung ausgewählter Beispiele des motorischen Basistests bzw. Fitnessstests****Test 1:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit: Kraftausdauer****Liegestützbeugen (30 s)**

Durchführung:

Klassen 3 - 7

- schulterbreites Stützen der Hände auf der Turnbank (Arme senkrecht), Füße am Boden
- Beugen und Strecken der Arme ohne Unterbrechung bei gestrecktem Körper
- gezählt werden die Liegestütze, wenn beim Beugen zwischen Ober- und Unterarm ein spitzer Winkel (unter 90 Grad) erreicht wird

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl der erreichten Wiederholungen in 30 Sekunden.

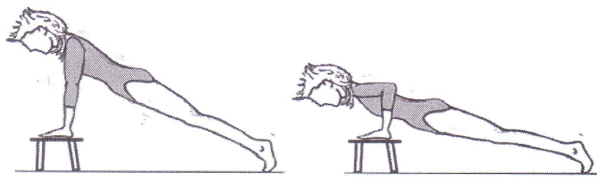
Durchführung:

Klassen-/Jahrgangsstufen 8 – 12

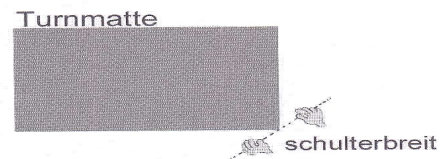
- schulterbreites Stützen der Hände auf dem Boden vor der Turnmatte, (Arme senkrecht), Füße am Boden (siehe Abb.)
- Beugen der Arme bis die Brust die Turnmatte berührt und ein rechter Ellbogenwinkel erkennbar ist
- sofortiges Hochdrücken bis zur Armstreckung ohne Pause

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl der erreichten Wiederholungen in 30 Sekunden.



Liegestützbeugen an der Turnbank



Liegestützbeugen am Boden

**Test 2:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit: Schnelligkeit****Skipping**

Durchführung:

Klassen-/Jahrgangsstufen 3 - 12

- Kniehebelauf am Ort
- bei waagerechter Haltung des Oberschenkels in Kniehöhe gespanntes Gummiband innerhalb von 10 Sekunden so oft wie möglich berühren

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl der Knieanschläge in 10 Sekunden.

**Test 3:**

**Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12**  
**Fähigkeit: Kraftausdauer**

**Klimmziehen**

Durchführung:

Klimmziehen aus dem Schrägliegehang  
 Klassen 3 - 12 weiblich  
 Klassen 3 - 4 männlich  
 In höheren Klassen Wahlmöglichkeit für leistungsschwächere Schüler.

- Grundstellung vorlings zum schulterhohen Gerät (Klimmzuggerät, Barren, Reck)
- Hände fassen schulterbreit die Stange, Füße gleiten soweit nach vorn, bis die gestreckten Arme und der Körper im rechten Winkel zueinander stehen (Füße werden fixiert)
- Beugen und Strecken der Arme ohne Pause bei gestrecktem Körper

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl der fehlerfrei ausgeführten Klimmzüge.

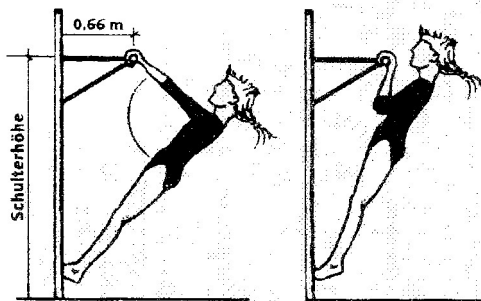
Durchführung

Klimmziehen aus dem Streckhang  
 Klassen-/Jahrgangsstufen 5 - 12 männlich

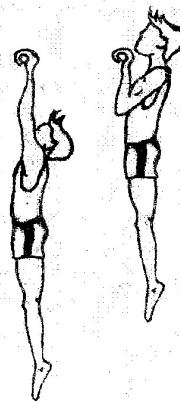
- schulterbreiter Hang am sprunghohen Reck
- ruhiges Beugen der Arme (beliebige Griffart) bis das Kinn bei gerade gehaltenem Kopf die Höhe der Stange erreicht
- anschließendes völliges Strecken der Arme

Wertung

Bewertet wird die Anzahl der fehlerfrei ausgeführten Klimmzüge.



Klimmziehen aus dem Schrägliegehang



Klimmziehen aus dem Streckhang

**Test 4:**

**Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12**  
**Fähigkeit: Kraftausdauer**

**Seilspringen (30 s bzw. 60 s)**

Durchführung:

- Seilspringen am Ort mit beliebigem Seildurchschlag
- Bewertet wird die Anzahl der Seildurchschläge in der vorgegebenen Zeit.

Wertung:

Zeitvorgabe:

Klassen-/Jahrgangsstufen 3 - 12 30 Sekunden

Klassen-/Jahrgangsstufen 5 - 12 60 Sekunden

Hinweis:

Springseile mit verstärkter Mitte oder Wettkampf-Gymnastik-Seile verwenden, keine Speed-Ropes

**Test 5:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit:****Reaktionsfähigkeit****Schnelligkeit****Ballreaktionstest akustisch**

Durchführung:

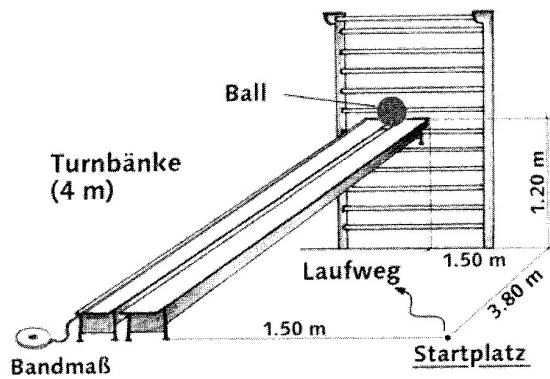
- zwei 4m lange Turnbänke, in 1,20 m Höhe in die Sprossenwand einhängen (Abstand 10 cm)
- der Lehrer einen Volleyball und lässt am Ende der Turnbänke auf ein akustisches Signal abrollen
- der Schüler steht mit dem Rücken zum Ball (ohne Blickkontakt) und versucht nach dem Signal den Ball so schnell wie möglich zu stoppen
- die Ausgangsstellung ist 3,80 m von der Sprossenwand und 1,50 m vom unteren Ende der Bank entfernt
- zwei Wertungsversuche

Wertung:

Gemessen und bewertet wird die Rollstrecke des Balls in cm (jeweils Mitte des Balls), beim besseren Versuch.

Hinweis:

Zum Messen der Rollstrecke des Balls wird auf der Bank ein Bandmaß befestigt.

**Test 6:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit:****Schnellkraft****Dreierhopp**

Durchführung:

- Schrittstellung (die Fußspitze des Sprungbeines steht an der Absprunglinie)
- Absprung rechts - rechts - rechts - Landung auf beiden Beinen (fließende Sprungfolge) oder mit dem linken Bein sinngemäß
- drei Wertungsversuche

Wertung:

Gemessen und bewertet wird die Strecke von der Absprunglinie bis zur Landestelle (Ferse) auf 5 cm genau beim besten Versuch.



**Test 7:**

**Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12**  
**Fähigkeit: Schnellkraft**

**Standssprung - Reichhöhe**

Durchführung:

- Absprung aus dem Stand seitlich zu einer Wand mit Auftaktbewegung
- Markierung der Sprunghöhe, indem mit der linken oder rechten Hand die Wand so hoch wie möglich angetippt wird (Finger anfeuchten oder mit Kreide färben)
- danach Markierung der Reichhöhe in Schlussstellung frontal zur Wand (mit gestreckten Armen ohne Anheben der Ferse)
- drei Wertungsversuche

Wertung:

Gemessen und bewertet wird die Differenz zwischen der Reichhöhe im Stand und der Sprunghöhe beim besten Versuch.

**Test 8:**

**Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 5 - 12**  
**Fähigkeit: Schnelligkeit**

**Linienlauf 9 – 3 – 6 – 3 – 9**

Durchführung:

Die Federbälle werden auf der Mittellinie und der dem Start gegenüberliegenden Angriffslinie des Volleyballfeldes ausgelegt.

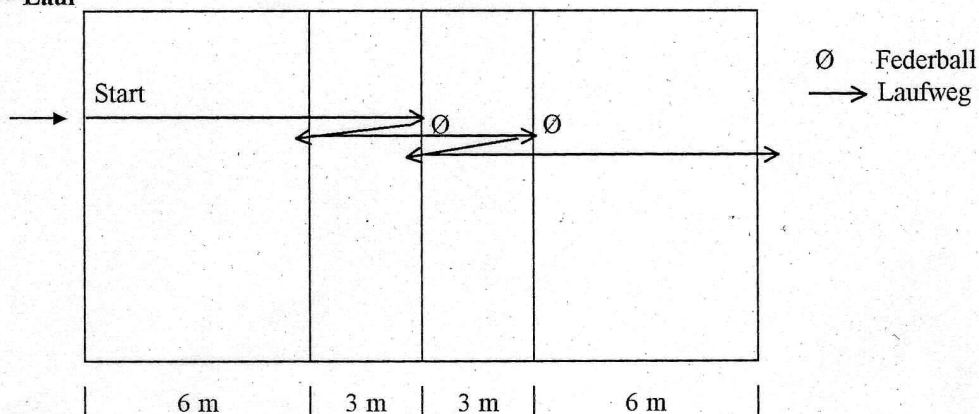
Von der Grundlinie des Volleyballfeldes auf Kommando folgende Laufstrecke:

- 9 m vorwärts bis zur Mittellinie, Aufnehmen des Federballs;
- 3 m rückwärts bis zur Angriffslinie, Ablegen des Federballs;
- 6 m vorwärts bis zur gegenüberliegenden Angriffslinie, Aufnehmen des Federballs;
- 3 m rückwärts bis zur Mittellinie, Ablegen des Federballs;
- 9 m vorwärts bis zur gegenüberliegenden Grundlinie, Zieldurchlauf.
- ein Wertungsversuch

Wertung:

Gemessen und bewertet wird die Gesamtlaufzeit.

**Linienlauf im Volleyballfeld nach Zeit als 9-3-6-3-9 - Lauf**



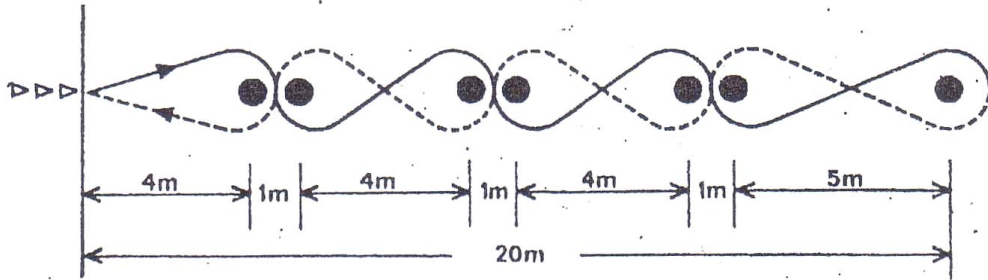
**Test 9:**

**Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12**  
**Fähigkeit: Schnelligkeit**

**Schlängellauf**

Durchführung:

- Slalomlauf um sieben Stangen (Mindesthöhe 1,50 m) mit einem Wendepunkt
  - Geräteaufbau ist der Abbildung zu entnehmen
  - die Stangen dürfen nicht fest verankert sein, das Umwerfen einer Stange macht den Versuch ungültig
  - zwei Wertungsversuche
- Wertung: Bewertet wird die Zeit des besseren Wertungsversuches.



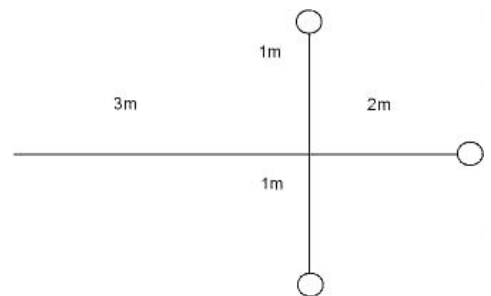
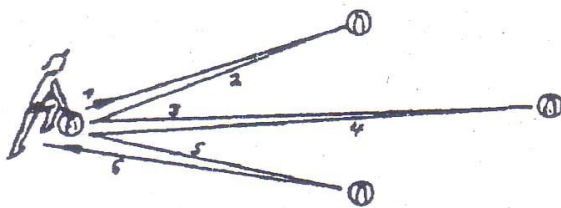
**Test 10:**

**Klassenstufen: 3 - 7**  
**Fähigkeit: Schnelligkeit**

**Lauffest**

Durchführung:

- schnelles Anlaufen der lt. Abbildung angeordneten Medizinbälle
  - beim Start und an jedem Anlaufpunkt Medizinbälle mit einer Hand berühren
  - Bälle werden nicht umlaufen, Laufrichtung vor dem Medizinball wechseln
  - Zeit beim Überlaufen der Ziellinie stoppen (keine Berührung des Balles erforderlich)
  - zwei Wertungsversuche
- Wertung: Gemessen und bewertet wird die Zeit beim besseren Wertungsversuch.



**Test 11:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12**  
**Fähigkeit: Gleichgewichtsfähigkeit****Drehungen auf der umgedrehten Turnbank**

Durchführung:

Klassen 3 - 6:

- auf der umgedrehten Turnbank innerhalb von 20 Sekunden die größtmögliche Anzahl von Drehungen um die Längsachse ausführen,
- eine Drehung ist abgeschlossen, bei Erreichen der Ausgangsstellung (sicherer Stand)
- bei Verlassen der Bank innerhalb der Zeit mit einem Fuß, ist diese sofort wieder zu besteigen und die Drehungen sind fortzusetzen
- der Versuch ist ungültig bei beidfüßigem oder häufiger als dreimaligem Verlassen der Bank mit einem Fuß
- zwei Wertungsversuche

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl der Drehungen innerhalb von 20 s (auf halbe Drehungen genau) beim besseren Wertungsversuch.

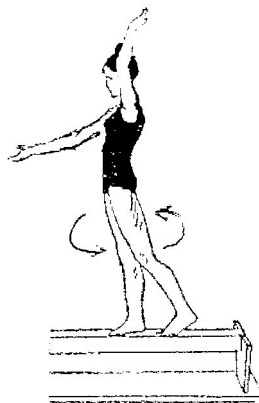
Durchführung:

Klassen-/Jahrgangsstufen 7 - 12:

- Ausführung von 4 ganzen Drehungen auf der umgedrehten Turnbank in kürzester Zeit
- beim Verlassen der Bank mit einem Fuß wird eine Sekunde aufgeschlagen
- der Versuch ist ungültig bei beidfüßigem oder häufiger als dreimaligem Verlassen der Bank mit einem Fuß
- zwei Wertungsversuche

Wertung:

Bewertet wird die Zeit für die 4 Umdrehungen mit einer Genauigkeit von 1/10 s (einschließlich Strafsekunden) beim besseren Wertungsversuch.



**Test 12:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit: Beweglichkeit****Übersteiger (30 s)**

Durchführung:

- aufrechte Körperhaltung, Gymnastikstab mit Griff beider Händen vor dem Körper festhalten (der Stab berührt die Hüftbeuge)
- nach dem Startsignal erfolgt das Durchsteigen von vorn nach hinten über den Stab, danach Aufrichten des Rumpfes, der Gymnastikstab berührt das Gesäß
- nach dem Zurücksteigen von hinten nach vorn Aufrichten des Rumpfes, der Stab berührt wieder die Hüftbeuge

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl der einzelnen Übersteigungen innerhalb von 30 Sekunden unter Beachtung der richtigen Ausführung (jeweils Aufrichten des Rumpfes und Berührung von Gesäß bzw. Hüftbeuge).

**Test 13:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit: Schnelligkeit****Orientierungsfähigkeit****Hockernummernlauf**

Durchführung:

- Stand unmittelbar vor dem Starthocker, Handfläche aufgelegt,
- hinter dem Rücken in einem Kreisbogen 5 Hocker mit deutlichen Zahlen 1 bis 5
- Start auf den Zuruf einer Zahl (z. B. „Fertig – Drei“)
- Lauf zu dem entsprechenden Hocker, diesen berühren und Lauf zurück zum Starthocker
- kurz vor dem Berühren des Starthockers Zuruf einer neuen Zahl usw.
- ein Wertungsversuch

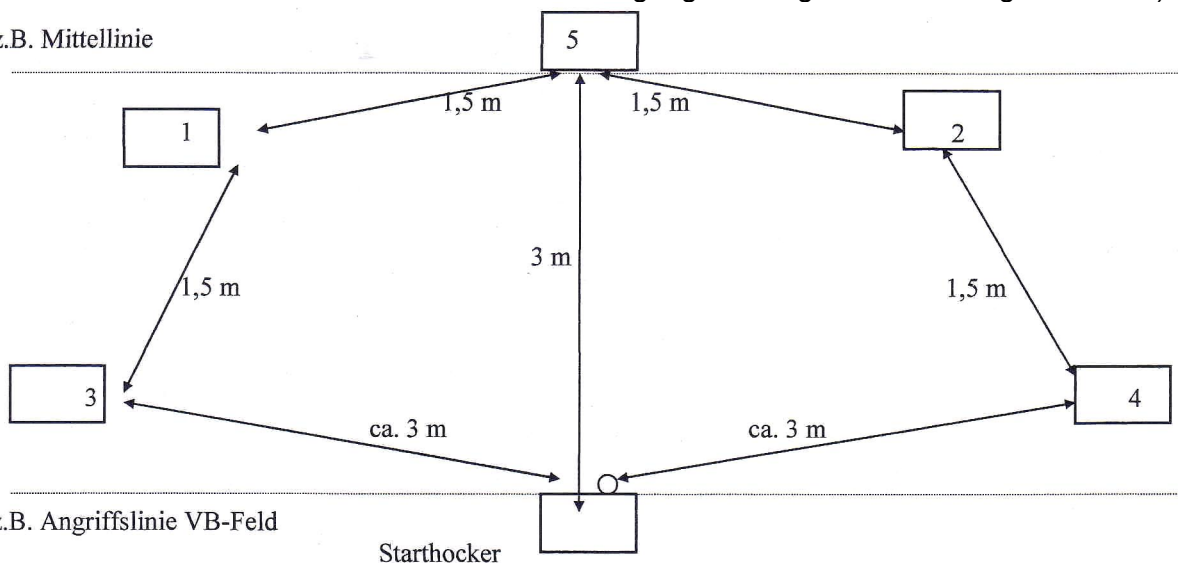
Wertung:

Bewertet wird die Zeit vom Startkommando bis zur Berührung des Starthockers nach den Läufen zu drei nummerierten Hockern.

Hinweis:

Die Reihenfolge der Nummerierung der Hocker darf vor dem Wertungsversuch nicht bekannt sein (nach Einnahme der Ausgangsstellung Nummerierung verändern).

z.B. Mittellinie



z.B. Angriffslinie VB-Feld

Starthocker

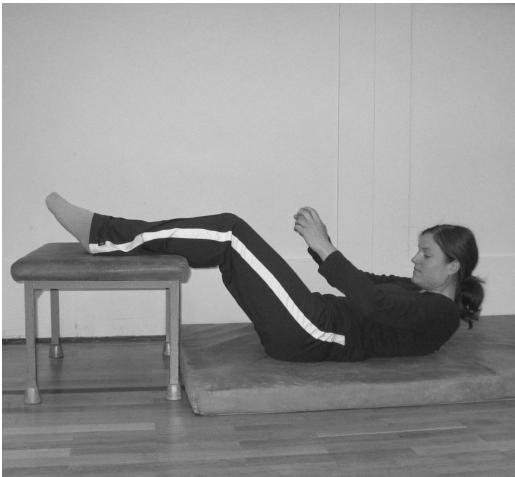
**Test 14:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 3 - 12****Fähigkeit: Kraftausdauer Rumpf****Schneller Crunch (30 s)**

Durchführung:

- auf dem Rücken liegend, Fersen auf einem Hocker abgelegt
- zwischen den Knien einen Volleyball fixieren
- im Knie- und Hüftbereich jeweils einen rechten Winkel einnehmen
- ab Startsignal 30 Sekunden lang, möglichst oft einen Tennisball um beide Oberschenkel kreisend übergeben (nicht werfen)
- Übergabe erfolgt jeweils vor oder hinter den Oberschenkeln (Rumpf wippt dabei leicht auf und ab)
- ein Wertungsversuch

Wertung:

Bewertet wird die Anzahl korrekt ausgeführter vollständiger Umkreisungen innerhalb von 30 Sekunden.

**Test 15:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 5 - 12****Fähigkeit: Ausdauer****Levellauf:**

Durchführung:

- Pendellauf zwischen zwei voneinander 20 Meter entfernten Linien
- Start ab Ertönen des 5. Tones nach der Ansage: „Start für Level 1“
- Läufer müssen exakt zum nächsten Ton mit einem Fuß die jeweils andere Linie berühren
- Hilfestellung und Ankündigung des nächsten Tones, durch (Wellen-)Rauschen
- Lauf geht ohne Pause (also auch nicht bei den Ansagen: „Start für Level ... bzw. Start to Level ...“ an der Linie verharren!) weiter und endet sobald es der Schüler nicht mehr schafft, die Linie zeitgleich mit dem Ton zu berühren

Wertung:

Der jeweils erreichte und abgeschlossene Level ist die Wertungsgrundlage für die Benotung. Für Laufstrecken von nur 18 Metern zwischen den beiden Linien sollte der vorgeschlagenen Levelzahl für die Bewertung ein ganzer Level zugegeben werden (siehe CD-ROM).

**Test 16:****Klassen- bzw. Jahrgangsstufen: 7 - 12****Fähigkeit:           Schnelligkeit****Japantest**

Durchführung:

- Start aus seitlicher Stellung hinter der Startlinie
- Zick-Zack-Lauf zwischen zwei Linien mit 4,5 m Abstand mit schnellen Nachstellritten seitwärts bei jeweiliger Berührung der Linie mit der Hand (Fingertipp genügt)
- die Strecke ist fünfmal zu durchlaufen, am Ende des Tests wird die Ziellinie überlaufen (keine Handberührung)
- zwei Wertungsversuche.

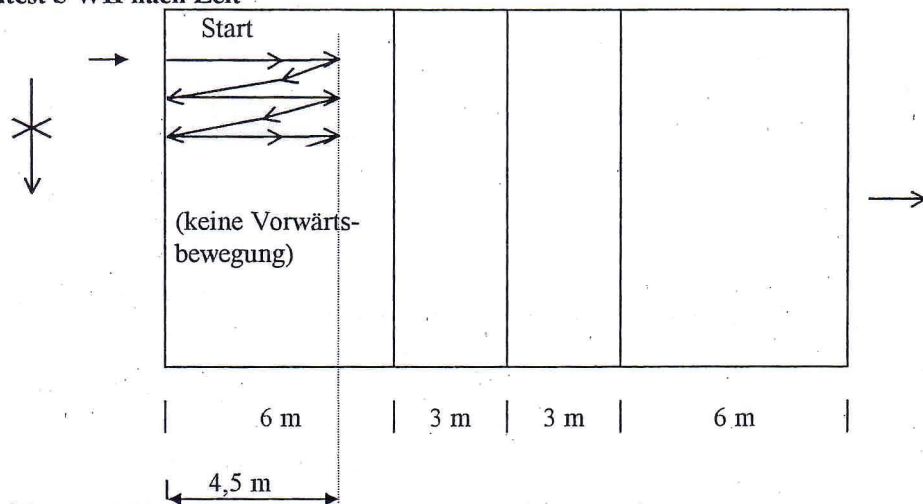
Wertung:

Bewertet wird die gestoppte Zeit vom Startkommando bis zum Überlaufen der Ziellinie beim besseren Wertungsversuch.

Hinweis:

Unbedingt auf korrekte Ausführung (seitliche Nachstellritte) achten.

Japantest 5 WH nach Zeit



## Anhang 2 - Sachliche Bezugsnorm motorischer Basistest

Klassenstufe 3												
Note	Lauftest	Schlingellauf	Stand sprung-Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b. schräg	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turnbank	Ballreaktion	Hockernum-mernlauf
Mädchen	s		cm	m	Anz. in 30 s		Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 20s	cm	s
1	8,8	14,5	28	4,30	40	38	20	26	20	6,0	120	10,5
2	9,6	15,3	24	3,90	30	24	15	22	16	5,0	135	11,5
3	10,4	16,1	21	3,40	22	15	10	18	12	4,0	150	12,5
4	11,0	17,3	16	3,00	16	10	7	14	8	3,0	170	13,5
5	11,8	18,5	11	2,60	10	5	3	10	5	2,0	190	15,0
Jungen												
1	8,6	14,0	30	4,80	40	46	22	28	20	6,0	120	10,0
2	9,4	14,8	26	4,20	30	30	17	24	16	5,0	135	11,0
3	10,2	15,5	22	3,60	22	18	12	20	12	4,0	150	12,0
4	10,8	16,6	18	3,10	16	12	9	16	8	3,0	170	13,0
5	11,6	17,8	14	2,70	10	6	5	12	5	2,0	190	14,5

Klassenstufe 4												
Note	Lauftest	Schlingellauf	Stand sprung-Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b. schräg	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turnbank	Ballreaktion	Hockernum-mernlauf
Mädchen	s	s	cm	m	Anz. in 30 s		Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 20s	cm	s
1	8,4	14,0	30	4,70	50	42	22	26	21	7,0	110	9,5
2	9,3	14,8	26	4,30	40	30	17	22	17	6,0	125	10,5
3	10,1	15,6	23	3,80	32	20	12	18	13	4,5	140	11,5
4	10,7	16,8	18	3,30	24	13	7	14	9	3,5	160	12,5
5	11,3	18,0	13	2,80	15	7	3	10	6	2,5	180	14,0
Jungen												
1	8,1	13,5	32	5,10	50	50	24	28	21	7,0	110	9,0
2	9,0	14,3	28	4,50	40	34	18	24	17	6,0	125	10,1
3	9,7	15,0	24	3,80	32	22	13	20	13	4,5	140	11,2
4	10,2	16,2	20	3,30	24	14	9	16	9	3,5	160	12,4
5	11,0	17,3	16	2,90	15	8	5	12	6	2,5	180	13,8

Klassenstufe 5														
Note	Laufstest	Schlingellauf	Levellauf <sup>1</sup>		Stand sprung- Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b. schräg	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turnbank	Ballreaktion	Hockernum- mernlauf
Mädchen	s	s	Level	m	cm	m	Anz. in 60 s		Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 20s	cm	s
1	8,0	13,8	5,09	820	33	5,10	100	44	22	28	22	8,0	105	9,0
2	9,0	14,6	4,09	640	29	4,60	80	30	17	24	18	7,0	120	10,0
3	9,8	15,4	3,08	460	26	4,10	65	22	12	20	14	5,5	140	11,1
4	10,2	16,4	3,04	380	21	3,60	50	14	7	16	10	4,5	155	12,3
5	10,9	17,5	2,04	220	15	3,10	35	8	3	12	7	3,0	175	13,8
Jungen								Streckh./schräg						
1	7,7	13,0	6,10	1020	35	5,40	100	5 / -	26	30	22	8,0	100	8,5
2	8,6	13,8	5,09	820	31	4,80	80	2 / -	20	26	18	7,0	115	9,6
3	9,2	14,6	4,04	540	27	4,20	65	- / 26	15	22	14	5,5	135	10,7
4	9,6	15,7	3,04	380	23	3,70	50	- / 16	10	18	10	4,5	155	12,0
5	10,5	16,8	2,04	220	18	3,20	35	- / 9	5	14	7	3,0	170	13,3

Klassenstufe 6														
Note	Laufstest	Schlingellauf	Levellauf <sup>1</sup>		Stand sprung- Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b. schräg	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turnbank	Ballreaktion	Hockernum- mernlauf
Mädchen	s	s	Level	m	cm	m	Anz. in 60 s		Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 30 s	Anz. in 20s	cm	s
1	7,6	13,6	6,10	1020	36	5,50	105	46	25	28	23	8,5	100	8,7
2	8,7	14,4	5,09	820	32	5,00	85	32	18	24	19	7,5	115	9,8
3	9,4	15,2	4,09	640	28	4,50	70	22	12	20	15	6,0	135	10,9
4	9,7	16,2	4,05	560	23	3,90	55	14	7	16	11	5,0	150	12,0
5	10,5	17,3	2,03	300	17	3,40	40	8	3	12	8	3,5	170	13,5
Jungen								Streckh./schräg						
1	7,4	12,8	7,09	1200	38	5,80	105	7 / -	28	30	23	8,5	95	8,0
2	8,2	13,6	6,09	1000	34	5,20	85	3 / -	22	26	19	7,5	110	9,1
3	8,8	14,4	5,05	740	31	4,60	70	2 / 30	17	22	15	6,0	130	10,2
4	9,2	15,4	4,04	540	26	4,00	55	- / 18	12	18	11	5,0	145	11,4
5	10,1	16,5	3,01	320	20	3,50	40	- / 10	6	14	8	3,5	170	12,8

<sup>1</sup> bewertet wird der vollendete Teil des angegebenen Level (18-m-Bahnen = Wertung plus 1 Level)



Klassenstufe 7														
Note	Japantest	Schlängellauf	Levellauf <sup>1</sup>		Stand sprung- Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b. schräg	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turmbank	Ballreaktion	Hockernum- mernlauf
Mädchen	s	s	Level	m	cm	m	Anz. in 60s		Anz. in 30s	Anz. in 30s	Anz. in 30s	4 Dreh./s	cm	s
1	8,4	13,4	7,09	1200	38	5,70	115	46	25	30	24	8,0	100	8,5
2	9,5	14,2	6,09	1000	34	5,20	95	32	18	26	20	10,5	115	9,6
3	10,5	15,0	5,08	800	30	4,70	80	22	12	22	16	13,0	135	10,7
4	11,8	16,0	5,01	660	25	4,10	65	14	7	18	12	14,0	145	11,8
5	13,3	17,0	3,04	380	19	3,60	50	8	3	14	9	18,0	165	13,2
Jungen								Streckh./schräg						
1	8,2	12,6	8,07	1360	40	6,20	115	8 / -	30	32	24	8,0	95	8,0
2	9,3	13,4	7,06	1140	36	5,50	95	4 / -	24	28	20	10,5	105	9,1
3	10,2	14,2	6,05	920	33	4,90	80	2 / 30	18	24	16	13,0	125	10,2
4	11,2	15,0	5,03	700	29	4,30	65	- / 18	12	20	12	14,0	140	11,4
5	12,5	16,0	3,06	420	23	3,70	50	- / 11	6	16	9	18,0	160	12,8

Klassenstufe 8														
Note	Japantest	Schlängellauf	Levellauf <sup>1</sup>		Stand sprung- Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b.	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turmbank	Ballreaktion	Hockernum- mernlauf
Mädchen	s	s	Level	m	cm	m	Anz. in 60s		Anz. in 30s	Anz. in 30s	Anz. in 30s	4 Dreh./s	cm	s
1	8,1	13,4	8,08	1380	40	5,80	125	46	18	30	24	8,0	95	8,3
2	9,2	14,2	7,08	1180	36	5,30	105	32	13	26	20	10,5	110	9,4
3	10,2	15,0	6,08	980	32	4,70	90	24	9	22	16	13,0	130	10,5
4	11,5	16,0	5,05	740	27	4,20	75	16	5	18	12	14,0	140	11,6
5	13,0	17,0	3,08	460	21	3,70	60	10	2	14	9	18,0	160	12,8
Jungen								Streckh./schräg						
1	8,0	12,4	9,04	1520	44	6,50	125	10 / -	25	32	24	8,0	90	7,8
2	9,1	13,2	8,03	1280	40	5,80	105	6 / -	20	28	20	10,5	100	8,9
3	10,0	14,0	7,02	1060	36	5,20	90	3 / -	15	24	16	13,0	120	10,0
4	11,0	14,8	6,01	840	32	4,60	75	- / 22	10	20	12	14,0	135	11,2
5	12,4	15,8	4,03	520	26	4,00	60	- / 14	5	16	9	18,0	155	12,5

<sup>1</sup> bewertet wird der vollendete Teil des angegebenen Level (18-m-Bahnen = Wertung plus 1 Level)

Klassenstufe 9															
Note	Japantest	Schlingellauf	Levellauf <sup>1</sup>		Stand sprung- Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b.	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turmbank	Ballreaktion	Hockernum- mernlauf	
Mädchen	s	s	Level	m	cm	m	Anz. in 60s		Anz. in 30s	Anz. in 30s	Anz. in 30s	Anz. in 30s	4 Dreh./s	cm	s
1	7,9	13,2	9,05	1540	42	5,90	130	46	20	32	25	8,0	95	8,0	
2	9,0	14,0	8,05	1320	38	5,40	110	32	14	28	21	10,5	110	9,1	
3	10,0	14,8	7,04	1100	34	4,80	95	24	9	24	17	13,0	130	10,2	
4	11,3	15,7	5,09	820	28	4,30	80	16	5	20	13	15,0	140	11,3	
5	12,8	16,7	4,04	540	22	3,80	65	10	2	16	10	18,0	160	12,6	
Jungen								Streckh./schräg							
1	7,7	12,2	9,11	1660	48	6,90	130	12 / -	30	34	25	8,0	90	7,5	
2	8,8	13,0	8,11	1440	44	6,20	110	7 / -	25	30	21	10,5	100	8,6	
3	9,8	13,8	7,10	1220	40	5,50	95	4 / -	18	26	17	13,0	115	9,7	
4	10,8	14,6	6,05	920	35	4,90	80	- / 24	11	22	13	15,0	130	10,9	
5	12,3	15,5	4,09	640	29	4,30	65	- / 15	6	18	10	18,0	150	12,4	

Klassenstufe 10														
Note	Japantest	Schlingellauf	Levellauf <sup>1</sup>		Stand sprung- Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b.	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turmbank	Ballreaktion	Hockernum- mernlauf
Mädchen	s	s			cm	m	Anz. in 60s		Anz. in 30s	Anz. in 30s	Anz. in 30s	4 Dreh./s	cm	s
1	7,7	13,2	9,11	1660	42	6,00	135	44	22	32	25	8,0	90	7,7
2	8,7	14,0	8,11	1440	38	5,50	115	30	16	28	21	10,5	105	8,8
3	9,7	14,8	7,07	1160	34	4,90	100	22	10	24	17	13,0	125	10,0
4	11,0	15,7	6,04	900	28	4,40	85	16	5	20	13	15,0	135	11,1
5	12,6	16,7	4,08	620	22	3,90	70	10	2	16	10	18,0	155	12,3
Jungen								Streckh./schräg						
1	7,5	12,0	10,08	1820	52	7,20	135	12 / -	30	34	25	8,0	85	7,2
2	8,5	12,8	9,08	1600	47	6,50	115	7 / -	25	30	21	10,5	95	8,3
3	9,5	13,6	8,07	1360	43	5,90	100	4 / -	18	26	17	13,0	110	9,4
4	10,7	14,4	7,03	1080	38	5,30	85	2 / -	11	22	13	15,0	125	10,7
5	12,2	15,2	5,08	800	32	4,70	70	- / 18	6	18	10	18,0	145	12,2

<sup>1</sup> bewertet wird der vollendete Teil des angegebenen Level (18-m-Bahnen = Wertung plus 1 Level)

Jahrgangsstufen 11/12														
Notenpunkte	Japantest	Schlängellauf	Levellauf 1		Stand sprung-Reichhöhe	Dreierhopp	Seilspringen	Klimmziehen schräg	Liegestütz b.	Schneller Crunch	Übersteiger	Drehungen auf der Turmbank	Ballreaktion	Hockernummernlauf
Mädchen	s	s	Level	m	cm	m	Anz. in 60s		Anz. in 30s	Anz. in 30s	Anz. in 30s	4 Dreh./s	cm	s
14	7,7	13,0	10,06	1780	42	6,10	135	44	25	34	25	7,5	90	7,7
11	8,4	13,8	9,06	1560	38	5,60	115	30	17	30	21	10,0	105	8,8
8	9,5	14,6	7,10	1220	34	5,00	100	22	10	26	17	12,5	120	10,0
5	10,7	15,5	6,07	960	29	4,40	85	16	5	22	13	14,5	130	11,1
2	12,5	16,5	5,03	700	24	3,90	70	10	2	18	10	17,5	150	12,3
Jungen								Streckh./schräg						
14	7,5	11,8	11,07	2020	56	7,50	135	12 / -	35	36	25	7,5	85	7,0
11	8,3	12,6	10,07	1800	51	6,80	115	8 / -	27	32	21	10,0	95	8,1
8	9,4	13,4	9,06	1560	46	6,00	100	5 / -	20	28	17	12,5	105	9,2
5	10,6	14,2	7,10	1220	41	5,60	85	2 / -	14	24	13	14,5	120	10,5
2	12,1	15,0	6,07	960	36	5,00	70	- / 20	7	20	10	17,5	145	12,0

## Anhang 3.1 - Sachliche Bezugsnorm Leichtathletik - Grundschule

		Schnelles Laufen		Rhythmisches Überlaufen von Hindernissen	Dauerlauf				In-die-Weite-Springen		In-die-Höhe-Springen	Weit-Werfen		
<b>Mädchen</b>		30 m	50 m	40 m	800 m	1000 m	9-min-Lauf		Schlussweitsprung	Weitsprung (Zone)	Hochsprung	Medizinballweitwurf 2 kg	Schlagball 80 g	Schlagball 200g
Kl.	Note	s	s	s	min	min	min	m	m	m	m	m	m	m
3	1	5,6	9,1	8,5	3:35	4:54	9:00	1600m	1,60	2,95	0,96	5,00	21,50	20,00
	2	6,1	9,5	9,1	3:50	5:10	8:00		1,40	2,65	0,90	4,30	14,00	13,50
	3	6,5	10,0	9,8	4:20	6:12	7:00		1,25	2,26	0,80	3,60	11,50	11,00
	4	6,7	10,6	10,5	5:05	7:10	5:50		1,10	1,99	0,74	3,00	10,00	10,00
	5	7,0	11,6	11,0	6:05	8:15	4:30		0,90	1,59	0,69	2,50	8,00	8,00
4	1	5,2	8,4	7,8	3:30	4:35	9:00	1800m	1,65	3,35	1,03	5,60	25,50	22,50
	2	5,7	9,0	8,4	3:35	5:02	8:30		1,45	2,87	0,93	4,80	18,50	17,00
	3	6,1	9,7	9,1	4:05	5:48	8:00		1,30	2,54	0,84	4,10	15,00	14,00
	4	6,3	10,2	9,9	4:50	6:24	6:30		1,15	2,26	0,75	3,40	11,50	11,50
	5	6,7	11,0	10,6	5:40	7:40	5:30		1,00	1,99	0,70	2,80	9,50	9,50

		Schnelles Laufen		Rhythmisches Überlaufen von Hindernissen	Dauerlauf				In-die-Weite-Springen		In-die-Höhe-Springen	Weit-Werfen		
<b>Jungen</b>		30 m	50 m	40 m	800 m	1000 m	9-min-Lauf		Schlussweitsprung	Weitsprung (Zone)	Hochsprung	Medizinballweitwurf 2 kg	Schlagball 80 g	Schlagball 200g
Kl.	Note	s	s	s	min	min	min	m	m	m	m	m	m	m
3	1	5,4	8,5	8,0	3:25	4:21	9:00	1700m	1,65	3,40	0,98	5,70	29,00	27,50
	2	5,9	9,4	8,6	3:40	4:45	8:00		1,45	2,83	0,92	4,80	21,50	20,50
	3	6,2	10,0	9,6	4:10	5:17	7:00		1,30	2,51	0,81	4,00	16,50	16,00
	4	6,4	10,6	10,2	4:50	6:12	5:50		1,10	2,27	0,75	3,50	14,00	14,00
	5	6,7	11,3	10,8	5:40	7:12	4:30		0,90	1,94	0,71	3,00	11,00	11,00
4	1	5,1	8,3	7,5	3:10	4:14	9:00	1900m	1,75	3,59	1,06	6,20	36,00	33,00
	2	5,6	8,9	7,9	3:30	4:35	8:30		1,55	3,12	0,96	5,30	30,00	27,00
	3	6,0	9,4	8,5	4:00	5:12	8:00		1,40	2,74	0,88	4,70	22,50	20,50
	4	6,2	10,1	9,3	4:40	5:48	6:30		1,20	2,49	0,80	4,00	18,00	18,00
	5	6,4	10,9	10,0	5:20	6:53	5:30		1,00	2,04	0,75	3,30	14,00	14,00

## Anhang 3.2 - Sachliche Bezugsnorm Leichtathletik - Mittelschule/Gymnasium (Klassenstufen 5 - 10)

		Lauf								Sprung		Wurf					Stoss	
Mädchen		50 m	75 m	100 m	60 m Hü	400 m	800 m	1000 m	2000 m	12-min-Lauf	Weit	Hoch	Ball 200 g	Wurfstab	Schleuderb. 1kg	Speer 400 g	Diskus 1 kg	Kugel 3 kg
Kl.	Note	s	s	s	s	min	min	min	min	m	m	m	m	m	m	m	m	m
5	1	8,3					3:14	4:22		2300	3,38	1,07	25,00	24,00				
	2	9,0					3:35	4:53		1950	2,90	1,00	20,50	20,00				
	3	9,5					3:55	5:25		1750	2,63	0,90	15,50	15,00				
	4	9,9					4:20	6:22		1650	2,40	0,80	12,50	11,50				
	5	10,7					4:50	7:30		1450	2,10	0,70	9,50	9,00				
6	1	8,2					3:06	4:20		2400	3,49	1,10	27,50	26,00				
	2	8,7					3:26	4:49		2200	3,10	1,02	22,50	20,50				
	3	9,3					3:50	5:20		1900	2,75	0,90	17,50	17,00				
	4	9,8					4:13	6:12		1750	2,58	0,84	14,50	13,50				
	5	10,4					4:42	7:25		1500	2,21	0,73	11,00	10,50				
7	1	8,0	11,8	15,2			3:03	4:18		2450	3,70	1,15	30,00	28,00		14,60		6,80
	2	8,5	12,8	16,2			3:22	4:48		2280	3,35	1,06	24,00	22,50		10,50		5,90
	3	9,1	13,6	17,5			3:45	5:15		2000	3,05	0,98	18,00	18,00		9,30		5,30
	4	9,6	14,0	18,6			4:07	6:02		1800	2,72	0,91	16,50	14,50		8,90		4,50
	5	10,2	14,8	19,9			4:34	7:20		1550	2,32	0,78	13,00	12,00		8,00		4,00
8	1	7,8	11,7	15,1	11,7	01:15,3	3:00	4:16		2500	3,73	1,18	32,00	29,50	24,50	17,10	23,50	7,30
	2	8,4	12,7	16,2	12,8	01:21,7	3:18	4:46		2300	3,42	1,09	25,50	23,00	20,50	12,00	18,00	6,40
	3	9,0	13,3	17,3	14,1	01:31,5	3:40	5:10		2100	3,10	1,01	19,50	19,00	17,00	10,00	13,50	5,60
	4	9,5	13,8	18,4	15,8	01:41,4	4:07	5:58		1800	2,75	0,94	17,00	15,50	14,50	9,30	10,00	5,00
	5	10,1	14,5	19,8	16,8	01:50,2	4:34	7:10		1550	2,37	0,83	14,00	13,50	11,50	8,20	8,00	4,30
9	1	7,7	11,6	15,0	11,5	01:14,1	2:57	4:16	9:25	2550	3,75	1,20	33,50	30,00	26,00	18,20	24,50	7,50
	2	8,3	12,6	16,1	12,6	01:20,4	3:14	4:46	10:22	2300	3,52	1,12	26,00	24,50	22,50	14,00	19,00	6,60
	3	8,8	13,2	17,2	13,8	01:29,5	3:35	5:10	11:32	2100	3,12	1,04	20,50	20,00	19,50	10,60	14,50	5,80
	4	9,4	13,7	18,3	15,4	01:39,5	4:01	5:50	13:05	1850	2,84	0,96	18,50	18,00	15,50	9,70	10,50	5,30
	5	10,0	14,3	19,7	16,4	01:47,3	4:27	7:05	15:05	1600	2,40	0,86	15,50	14,50	13,50	8,40	8,50	4,80
10	1	7,6	11,5	14,9	11,3	01:13,9	2:54	4:16	9:25	2600	3,92	1,20	34,00	30,50	27,00	19,50	25,50	7,60
	2	8,2	12,5	16,0	12,3	01:19,1	3:10	4:46	10:18	2400	3,60	1,12	26,00	25,00	23,00	16,10	20,00	6,70
	3	8,7	13,1	17,0	13,6	01:27,5	3:30	5:05	11:30	2100	3,15	1,06	20,50	20,00	20,00	11,20	15,50	6,00
	4	9,3	13,5	18,1	15,0	01:37,5	3:55	5:48	13:00	1900	2,86	0,98	19,50	18,00	16,50	10,10	11,50	5,60
	5	9,9	14,1	19,4	16,0	01:44,3	4:20	7:05	15:00	1600	2,49	0,88	16,50	15,00	14,50	8,90	9,50	5,00

		Lauf									Sprung		Wurf				Stoss	
Jungen		50 m	75 m	100 m	80 m Hü	400 m	800 m	1000 m	3000 m	12-min-Lauf	Weit	Hoch	Ball 200g	Wurfstab	Schleuderb. 1 kg	Speer 600 g	Diskus 1,5 kg	Kugel 4 kg
Kl.	Note	s	s	s	s	min	min	min	min	m	m	m	m	m	m	m	m	m
5	1	8,1					2:51	4:04		2500	3,70	1,12	37,00	31,50				
	2	8,7					3:08	4:24		2230	3,26	1,05	31,00	25,00				
	3	9,3					3:32	5:07		1910	2,90	0,94	24,50	21,50				
	4	9,8					3:57	5:57		1740	2,67	0,86	21,50	20,00				
	5	10,6					4:22	6:48		1600	2,25	0,79	17,00	15,50				
6	1	7,7					2:49	3:59		2700	3,74	1,17	42,00	37,00				
	2	8,4					3:05	4:20		2350	3,37	1,08	34,50	30,00				
	3	9,1					3:28	5:02		2000	3,00	0,98	27,00	25,50				
	4	9,7					3:52	5:52		1890	2,75	0,91	24,00	21,50				
	5	10,5					4:16	6:38		1700	2,35	0,82	19,00	17,00				
7	1	7,5	10,8	14,5			2:46	3:54		2740	3,98	1,22	45,00	39,00		21,50		7,60
	2	8,3	11,8	15,5			3:02	4:15		2400	3,51	1,14	36,00	32,00		16,50		6,70
	3	9,0	12,9	16,9			3:24	4:57		2050	3,15	1,02	30,50	27,00		10,00		5,60
	4	9,6	13,5	18,2			3:46	5:47		1940	2,85	0,95	27,00	24,50		9,00		5,00
	5	10,3	14,5	19,7			4:09	6:28		1800	2,51	0,86	22,50	19,50		8,00		4,30
8	1	7,4	10,6	13,9	14,1	01:07,0	2:40	3:49		2800	4,37	1,32	49,00	43,00	30,50	26,00	21,00	8,60
	2	8,1	11,5	14,9	15,1	01:12,4	2:55	4:10		2500	3,80	1,23	40,50	36,00	27,50	21,00	17,00	7,60
	3	8,6	12,4	16,0	16,2	01:18,4	3:12	4:52		2100	3,32	1,08	34,00	29,50	23,50	16,50	12,50	6,50
	4	9,2	13,0	17,4	17,2	01:25,0	3:32	5:27		1980	3,04	1,01	28,50	26,50	19,00	12,50	8,50	5,70
	5	9,8	13,8	18,9	18,1	01:31,0	3:52	6:15		1850	2,70	0,91	24,50	22,00	15,00	10,50	7,00	4,80
9	1	7,2	10,1	13,3	13,2	01:02,6	2:29	3:39	12:10	2880	4,80	1,37	53,00	46,00	34,50	30,00	24,50	9,30
	2	7,6	10,9	14,2	14,3	01:08,0	2:43	4:06	12:56	2600	4,08	1,28	44,50	39,50	31,00	23,00	20,00	8,50
	3	8,3	11,9	15,3	15,3	01:13,6	2:58	4:38	14:32	2200	3,55	1,15	36,50	34,00	27,50	18,50	16,00	7,70
	4	8,7	12,4	16,4	16,5	01:19,6	3:16	4:51	15:55	2100	3,32	1,07	33,00	30,00	22,50	14,50	11,50	7,00
	5	9,3	13,3	17,9	17,5	01:26,5	3:37	5:42	17:00	1900	2,91	0,96	30,00	25,00	17,00	12,50	8,50	5,80
10	1	6,9	10,0	13,0	12,8	01:00,2	2:22	3:29	11:53	2960	5,02	1,47	58,50	49,00	36,50	32,40	26,50	9,90
	2	7,3	10,7	13,6	13,6	01:04,4	2:33	3:46	12:36	2700	4,48	1,36	50,00	41,50	34,50	26,50	23,00	9,00
	3	7,8	11,7	14,5	14,5	01:09,1	2:46	4:23	13:48	2350	3,73	1,23	40,50	35,50	30,00	19,60	19,00	8,10
	4	8,3	12,3	15,6	15,5	01:14,8	3:02	4:36	14:52	2250	3,53	1,11	35,00	31,50	25,00	17,60	14,50	7,60
	5	9,0	13,1	16,9	16,5	01:19,6	3:16	5:22	16:10	1950	3,10	0,98	31,50	28,00	20,50	15,00	10,50	6,80

## Anhang 3.3 - Sachliche Bezugsnorm Leichtathletik - Gymnasium (Jahrgangsstufen 11/12)

Mädchen		Lauf									Sprung		Wurf				Stoss	
		50 m	75 m	100 m	60 m Hü	400 m	800 m	1000 m	2000 m	12-min-Lauf	Weit	Hoch	Wurfstab	Schleuderb. 1 kg	Speer 400 g	Diskus 1 kg	Kugel 4 kg	
Jgst.	s	s	s	s	s	min	min	min	m	m	m	m	m	m	m	m	m	
11/12	15																	
	14	7,5	11,2	14,6	11,1	01:11,8	2:51	04:12	09:24	2620	4,25	1,24	31,00	27,50	23,00	26,50	7,70	
	13																	
	12																	
	11	8,1	12,2	15,7	12,1	01:17,8	3:06	04:41	10:15	2430	3,75	1,16	25,50	25,50	18,50	21,00	7,00	
	10																	
	9																	
	8	8,5	13,0	16,6	13,3	01:25,5	3:26	05:01	11:25	2150	3,33	1,09	21,50	22,50	15,00	17,00	6,10	
	7																	
	6																	
	5	9,2	13,4	17,7	15,0	01:37,5	3:50	05:42	12:55	1950	3,01	1,01	20,00	18,50	12,50	12,50	5,40	
	4																	
3																		
2	9,8	14,0	18,9	16,1	01:45,5	4:15	07:00	14:30	1780	2,58	0,92	17,50	15,00	10,00	10,00	4,70		
1																		
Jungen		50 m	75 m	100 m	80 m Hü	400 m	800 m	1000 m	3000 m	12-min-Lauf	Weit	Hoch	Wurfstab	Schleuderb. 1 kg	Speer 600 g	Diskus 1,5 kg	Kugel 5 kg	
Jgst.	s	s	s	s	s	min	min	min	m	m	m	m	m	m	m	m	m	
11/12	15																	
	14	6,7	9,8	12,6	12,4	00:58,6	2:18	3:19	11:45	3050	5,21	1,50	54,50	39,50	33,80	27,50	10,30	
	13																	
	12																	
	11	7,1	10,3	13,3	13,2	01:02,2	2:29	3:32	12:25	2920	4,75	1,41	43,50	37,00	28,00	24,50	9,30	
	10																	
	9																	
	8	7,6	11,0	14,2	14,1	01:07,0	2:40	3:52	13:32	2710	4,27	1,28	37,00	32,50	25,50	20,50	8,20	
	7																	
	6																	
	5	8,1	11,7	15,0	14,8	01:12,4	2:50	4:07	14:25	2590	3,84	1,18	35,50	29,00	21,50	17,00	6,70	
	4																	
3																		
2	8,7	12,5	16,2	15,5	01:17,2	3:08	4:52	15:30	2320	3,41	1,03	29,50	25,50	17,50	13,50	6,00		
1																		

### Anhang 4 - Sachliche Bezugsnorm Schwimmen - Mittelschule/Gymnasium (Klassenstufen 5 - 10)

Disziplin		Jungen				Mädchen			
		Kraul 50m	Brust/Rücken 50m	Schmetterling		Kraul 50m	Brust/Rücken 50m	Schmetterling	
Kl.	Note	min	min	25m min	50m min	min	min	25m min	50m min
5	1	0:47	0:58	0:28		0:47	0:58	0:28	
	2	0:51	1:02	0:32		0:51	1:02	0:32	
	3	0:57	1:08	0:36		0:57	1:08	0:36	
	4	1:05	1:16	0:40		1:05	1:16	0:40	
	5	1:17	1:28	0:44		1:17	1:28	0:44	
6	1	0:42	0:54	0:26		0:45	0:54	0:26	
	2	0:46	0:58	0:30		0:49	0:58	0:30	
	3	0:52	1:04	0:43		0:55	1:04	0:34	
	4	1:00	1:12	0:38		1:03	1:12	0:38	
	5	1:12	1:24	0:42		1:15	1:24	0:42	
7	1	0:38	0:50	0:24		0:43	0:52	0:24	
	2	0:42	0:54	0:28		0:47	0:56	0:28	
	3	0:48	1:00	0:32		0:53	1:02	0:32	
	4	0:56	1:08	0:36		1:01	1:10	0:36	
	5	1:08	1:20	0:40		1:13	1:22	0:40	
8	1	0:37	0:48		0:48	0:42	0:50		0:50
	2	0:41	0:52		0:52	0:46	0:55		0:55
	3	0:47	0:58		0:58	0:52	1:01		1:01
	4	0:55	1:06		1:06	1:00	1:09		1:09
	5	1:07	1:18		1:18	1:12	1:21		1:21
9	1	0:36	0:45		0:45	0:41	0:49		0:49
	2	0:40	0:49		0:49	0:45	0:54		0:54
	3	0:46	0:55		0:55	0:51	1:00		1:00
	4	0:54	1:03		1:03	0:59	1:08		1:08
	5	1:06	1:15		1:15	1:11	1:11		1:11
10	1	0:35	0:44		0:44	0:40	0:48		0:48
	2	0:39	0:48		0:48	0:44	0:52		0:52
	3	0:45	0:54		0:54	0:50	0:58		0:58
	4	0:53	1:02		1:02	0:56	1:06		1:06
	5	1:05	1:14		1:14	1:10	1:18		1:09



**Ausdauerschwimmen**

Note	Klassenstufen 5 – 7		Klassenstufen 8 – 10		Gymnasiale Oberstufe	
1	20:00	(mind. 400 m)	25:00	(mind. 600 m)	30:00	(mind. 800 m)
2	17:00	(mind. 300 m)	22:00	(mind. 500 m)	27:00	(mind. 700 m)
3	14:00	(mind. 200 m)	19:00	(mind. 400 m)	24:00	(mind. 600 m)
4	11:00	(ohne Strecke)	16:00	(mind. 300 m)	21:00	(mind. 500 m)
5	8:00	(ohne Strecke)	13:00	(mind. 200 m)	18:00	(mind. 400 m)

**Retten \***

Transportieren oder Schleppen **		Kleiderschwimmen	
Note 1	50 m	Note 1	200 m
Note 2	40 m	Note 2	150 m
Note 3	30 m	Note 3	100 m
Note 4	20 m	Note 4	50 m
Note 5	10 m	Note 5	25 m

\* Fortgeschrittene

\*\* mit zwei verschiedenen Grifftechniken

**Tauchen - Streckentauchen**

Anfänger	Fortgeschrittene		
	(mit Startsprung)	(ohne Startsprung)	(mit Startsprung)
Note 1	15 m	12 m	25 m
Note 2	10 m	10 m	20 m
Note 3	8 m	8 m	15 m
Note 4	6 m	7 m	12 m
Note 5	5 m	5 m	9 m

**Anhang 5 - Beobachtungsprotokolle**

Beobachtungsprotokoll zur qualitativen Technikbewertung, z. B. Angriffschlag im Volleyball

Technik: _____						
Klasse/Kurs: _____			Datum: _____			
Technik- kriterien	Zuspiel/ Anlauf	Absprung/ Landung	Aushol-/ Schlag- bewegung	Timing/ Dynamik	Treff- genauigkeit	Note
Name, Vorname						
Schüler A <sup>1</sup>	1	1	1	2	1	1-
Schüler B <sup>2</sup>	+	+	+	-	0	2
Schüler C <sup>3</sup>	1 / 2 P.	2 / 3 P.	2 / 4 P.	2 / 2 P.	1 / 3 P.	3-

Beobachtungsprotokoll zur Beurteilung/Einschätzung der Spielfähigkeit

Spiel: _____						
Klasse/Kurs: _____			Datum: _____			
Bewertungs- kriterien	Spiel- fertigkeiten	Spieltaktik/ -kreativität	Teamfähig- keit/Fairness	Regel- kenntnisse	Einsatz- bereitschaft	Note
Name, Vorname						
Schüler A <sup>1</sup>	1	1	1	2	1	1
Schüler B <sup>2</sup>	+	+	+	-	0	2
Schüler C <sup>3</sup>	1 / 2 P.	2 / 4 P.	2 / 3 P.	2 / 3 P.	1 / 2 P.	3

Beobachtungsprotokoll zur Einschätzung der sozialen Dimension bei der Erarbeitung einer Übungsverbinding im Teilbereich Aerobic

Klasse/Kurs: _____					
Gruppe: _____			Datum: _____		
Bewertungs- kriterien	Kreativität/ Planung	gezeigte Leistungs-/ Einsatzbereit- schaft	Kooperieren/ Helfen	Kritikfähig-/ Korrektur- fähigkeit	Note
Name, Vorname					
Schüler A <sup>1</sup>	2	2	3	2	2
Schüler B <sup>2</sup>	+	0	-	0	3
Schüler C <sup>3</sup>	4 / 4 P.	4 / 4 P.	4 / 4 P.	1 / 2 P.	1-

1 - Noten

2 - Werte

3 - Punkte

Beobachtungsprotokoll zur Bewertung der Partnerarbeit im Lernbereich „Fitness“ (siehe Thillm, Heft 44/2004)

Klasse/Kurs: \_\_\_\_\_

Gruppe: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Bewertungskriterien für Präsentation	BE *	Schüler	BE	Schüler	BE
<b>Übungsauswahl</b> (Wird bei dieser Übung der in der Aufgabe geforderte Muskel hauptsächlich beansprucht?)	3		2		1
<b>Demonstrationsfähigkeit</b> (exakte Übungsausführung von der Ausgangs- bis zur Endposition/ Atmung/Bewegungstempo/ Bewegungskontrolle)	3		3		2
<b>Kommunikationsfähigkeit</b> (deutliche, exakte Erläuterungen zur Übungsausführung und zu Sicherheitsrichtlinien/ Nutzung von Fachtermini)	3		2		0
Summe/Note/Punkte	9/1		7/2		3/4

\* Bewertungseinheiten

Beobachtungsprotokoll zur Bewertung der „Leistung des Einzelnen“ in der Gruppe

Klasse/Kurs: \_\_\_\_\_

Gruppe: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

Bewertungskriterien im kooperativen Lernprozess	Schüler A (Selbstbewertung)	Schüler B	Schüler C	Schüler D	Schüler E	Schüler F	Schüler G
Erfüllungsgrad der gestellten Aufgaben							
Qualität der Ideen, Vorschläge, Impulse							
Übernahme von Verantwortung							
Arbeitsweise in der Gruppe							
Summe/Note/Punkte							

Hinweise zur Gruppenbewertung:

maximal 3 BE können jedem Schüler pro Bewertungskriterium zugeordnet werden

3 BE	Kriterium hervorragend umgesetzt
2 BE	Kriterium angemessen umgesetzt, kleine Reserven
1 BE	Kriterium in Ansätzen, mit größeren Einschränkungen umgesetzt
0 BE	Kriterium nicht erreicht

Je nach Aufgabe werden alle Kriterien beobachtet und sie erhalten eine gleiche Gewichtung oder ausgewählte Kriterien werden gesondert gewichtet.

**Anhang 6 - Qualitative Bewertung - Qualitätsmerkmale der Bewegungsausführung****Qualitative Bewertungskriterien zur Spielfähigkeit im Lernbereich Spiele und Spielformen, Lernbereich Sportspiele**

Note	Bewertungskriterien	Ergänzungen
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfähigkeit entspricht den Anforderungen in besonderem Maße</li> <li>- Spielideen und Spielstrukturen werden schnell umgesetzt</li> <li>- bei hoher Aktivität zur Spielgestaltung wird kooperatives Handeln praktiziert</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen werden vorbehaltlos anerkannt</li> <li>- Schiedsrichterleistung wird situativ regelgerecht und konsequent erbracht</li> <li>- Regelkenntnisse sind umfangreich vorhanden</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfähigkeit entspricht den Anforderungen</li> <li>- Spielideen und Spielstrukturen werden erfasst und teilweise selbstständig umgesetzt</li> <li>- bei Aktivität zur Spielgestaltung wird kooperatives Handeln praktiziert</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen werden anerkannt</li> <li>- Schiedsrichterleistung wird situativ und konsequent erbracht</li> <li>- Regelkenntnisse sind gut vorhanden</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfähigkeit entspricht im allgemeinen den Anforderungen</li> <li>- Spielideen und Strukturen werden nach Impulsen erfasst</li> <li>- Aktivität zur Spielgestaltung ist vorhanden</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen werden meistens anerkannt</li> <li>- Schiedsrichterleistung wird situativ erbracht</li> <li>- Regelkenntnisse sind vorhanden</li> </ul>	
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfähigkeit weist Mängel auf</li> <li>- Spielideen und Strukturen werden auch nach Impulsen nur teilweise erfasst</li> <li>- Aktivitäten zur Spielgestaltung werden auch nach Aufforderung nur zeitweise gezeigt</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen werden angezweifelt</li> <li>- Schiedsrichterleistung wird teilweise erbracht</li> <li>- Regelkenntnisse sind kaum vorhanden</li> </ul>	
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfähigkeit weist wesentliche Mängel auf, die Aufgabe wird mit starker Hilfe teilweise bewältigt</li> <li>- Spielideen und Strukturen werden auch mit erheblichen Hilfen nur lückenhaft umgesetzt</li> <li>- Aktivitäten zur Spielgestaltung werden auch nach Aufforderung nicht gezeigt</li> <li>- Schiedsrichterleistungen werden sporadisch anerkannt</li> <li>- Schiedsrichterleistung wird bedingt erbracht</li> <li>- Regelkenntnisse sind gering vorhanden</li> </ul>	
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfähigkeit ist trotz Hilfe nicht zu erkennen</li> <li>- Spielideen und Strukturen werden trotz Aufforderung nicht umgesetzt</li> <li>- Aktivitäten zur Spielgestaltung sind trotz energischer Hinweise nicht zu erkennen</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen werden nicht befolgt</li> <li>- Schiedsrichterleistung wird verweigert</li> </ul>	

### Qualitative Bewertungskriterien im Lernbereich leichtathletische Übungen, Lernbereich Leichtathletik

Note	Bewertungskriterien	Ergänzungen
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hauptmerkmale der Zielübung sind deutlich sichtbar</li> <li>- Bewegungsausführung ist stabil</li> <li>- Bewegungsfluss ist optimal</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hauptmerkmale der Zielübung sind sichtbar</li> <li>- Bewegungsausführung zeigt nur geringe Unsicherheiten</li> <li>- Bewegungsfluss ist mit geringen Abstrichen vorhanden</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hauptmerkmale des Bewegungsablaufes weisen geringfügige Abweichungen von der Zielübung auf</li> <li>- Bewegungsausführung ist nicht ganz beständig</li> <li>- Bewegungsfluss ist eingeschränkt</li> </ul>	
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- alle Hauptmerkmale des Bewegungsablaufes sind erkennbar</li> <li>- Bewegungsfluss ist stockend</li> </ul>	
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hauptmerkmale des Bewegungsablaufes sind noch erkennbar</li> </ul>	
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zielübung wird nicht realisiert</li> </ul>	

### Qualitative Bewertungskriterien im Lernbereich Turnerische Übungen (Primarstufe)

Note	Bewertungskriterien	Ergänzungen
1	<p>Der Gesamteindruck der Übung ist sehr gut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- richtige Ausführung aller Elemente in exakter Haltung</li> <li>- Bewegungsfolge ist harmonisch</li> <li>- Übung wird ohne Hilfe ausgeführt</li> </ul>	
2	<p>Der Gesamteindruck der Übung ist gut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- richtige Ausführung der wesentlichen Elemente mit geringen Haltungsfehlern</li> <li>- Bewegungsfolge ist nicht ganz flüssig</li> <li>- Übung wird ohne Hilfe ausgeführt</li> </ul>	
3	<p>Der Gesamteindruck der Übung ist befriedigend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- geringfügige Fehler in der Ausführung der Elemente</li> <li>- Bewegungsfolge weist kleine Unterbrechungen auf</li> <li>- leichte Hilfen werden gegeben</li> </ul>	
4	<p>Der Gesamteindruck der Übung entspricht unter Einschränkung den Anforderungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die meisten Elemente werden fehlerhaft ausgeführt mit deutlichen Haltungsmängeln</li> <li>- die Bewegungsfolge ist wiederholt unterbrochen</li> <li>- Hilfen sind erforderlich</li> </ul>	
5	<p>Der Gesamteindruck der Übung ist mangelhaft:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Mehrzahl der Elemente wird nicht beherrscht, die Haltungsfehler sind gravierend</li> <li>- die Bewegungsfolge ist häufig unterbrochen</li> <li>- starke Hilfen sind notwendig</li> </ul>	
6	<p>Der Gesamteindruck der Übung ist ungenügend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Übung wird auch mit starker Hilfe nicht bewältigt</li> <li>- die Übungsausführung wird verweigert</li> </ul>	

**Qualitative Bewertungskriterien im Lernbereich Turnen (Sekundarstufe I)**

Note	Formgebundene Elemente	Einfache/gymnastische Elemente	Körperspannung/ Bewegungsfluss
1	5 gekonnte formgebundene Elemente	vielfältige, originelle Einbeziehung	weitgehende Körperspannung und guter Bewegungsfluss
2	4 gekonnte Elemente	vielfältige, gekonnte Einbeziehung	kaum Mängel bei Körperspannung oder Bewegungsfluss
3	3 gekonnte Elemente	genügende Einbeziehung oder fehlerhafte Ausführung	geringe Mängel bei Körperspannung oder Bewegungsfluss
4	2 gekonnte, 1-2 nicht ganz gekonnte formgebundene Elemente	geringe Einbeziehung und/oder z.T. fehlerhafte Ausführung	Mängel bei Körperspannung und Bewegungsfluss
5	Ansätze gekonnter formgebundener Elemente	überwiegend fehlerhafte Ausführung	grobe Mängel bei Körperspannung oder Bewegungsfluss
6	formgebundene Elemente werden nicht gekonnt	Einbeziehung und Ausführung mit gravierenden Mängeln	grobe Mängel bei Körperspannung und Bewegungsfluss

**Qualitative Bewertungskriterien zur Bewertung von Übungsverbindungen**

Note	Übungsverbindung	Gesamteindruck
1	- Übung wird mit sechs beherrschten Elementen geturnt - diese Elemente werden sinnvoll mit gymnastischen Elementen kombiniert	- Bewegungsfluss und Körperhaltung/Körperspannung sind gegeben
2	- Übung wird mit mindestens fünf beherrschten Elementen geturnt - diese Elemente werden mit gymnastischen Elementen kombiniert	- Bewegungsfluss und Körperhaltung/Körperspannung fast fehlerfrei
3	- Übung wird mit mindestens vier beherrschten Elementen geturnt - diese Elemente werden kaum mit gymnastischen Elementen kombiniert	- einige Mängel in Bewegungsfluss und Körperhaltung/Körperspannung
4	- Übung wird mit mindestens drei beherrschten Elementen geturnt - gymnastische Elemente werden nicht genutzt	- viele Mängel in Bewegungsfluss und Körperhaltung/Körperspannung
5	- formgebundene Elemente werden nur ansatzweise beherrscht - gymnastische Elemente finden keine Beachtung	- grobe Mängel in Bewegungsfluss und Körperhaltung/Körperspannung
6	- formgebundene und gymnastische Elemente werden nicht beherrscht	- Bewegungsfluss und Körperhaltung/Körperspannung nicht erkennbar

### Qualitative Bewertungskriterien im Lernbereich Gymnastisch-tänzerische Übungen, Lernbereich Gymnastik/Aerobic/Tanz

Note	Bewertungskriterien	Ergänzungen
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungsverbindung (ÜV) bzw. Kombinationstechnik (KT) wird sicher und fließend dargeboten</li> <li>- grundlegende Bewegungstechniken, auch mit Handgeräten, werden sicher beherrscht</li> <li>- vorgegebener Rhythmus wird sehr gut aufgenommen und zügig in Bewegung umgesetzt</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ÜV bzw. KT wird fließend, jedoch mit kleinen Unsicherheiten dargeboten</li> <li>- grundlegende Bewegungstechniken, auch mit Handgeräten, werden beherrscht</li> <li>- vorgegebener Rhythmus wird gut aufgenommen und in Bewegung umgesetzt</li> </ul>	
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ÜV bzw. KT wird nicht durchgehend fließend dargeboten</li> <li>- grundlegende Bewegungstechniken, auch mit Handgeräten, weisen wiederholt kleinere Fehler auf</li> <li>- vorgegebener Rhythmus wird nicht in allen Teilen eingehalten und nicht durchgängig in Bewegung umgesetzt</li> </ul>	
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ÜV bzw. KT wird wiederholt unterbrochen und nur mit Hilfe dargeboten</li> <li>- grundlegende Bewegungstechniken weisen Fehler auf</li> <li>- vorgegebener Rhythmus wird nur in wenigen Teilen eingehalten und nur teilweise in Bewegung umgesetzt</li> </ul>	
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ÜV bzw. KT weist starke Mängel auf und wird nur mit großer Hilfe dargeboten</li> <li>- grundlegende Bewegungstechniken weisen große Fehler auf</li> <li>- vorgegebener Rhythmus wird trotz Unterstützung schlecht aufgenommen und kaum in Bewegung umgesetzt</li> </ul>	
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ÜV bzw. KT kann trotz großer Hilfe nicht dargeboten werden</li> <li>- grundlegende Bewegungstechniken sind auch in Ansätzen nicht vorhanden</li> <li>- vorgegebener Rhythmus wird trotz Unterstützung nicht aufgenommen und nicht in Bewegung umgesetzt</li> </ul>	

**Anhang 7 - Bewertungskriterien für das Bewerten des Sozialverhaltens**

(ausgewählte Kriterien)

Note	Der Schüler
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfüllt erteilte Aufträge vorbildlich, der Lehrer hat beratende Funktion</li> <li>- zeigt eine hohe Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>- handelt sehr überlegt und selbstständig</li> <li>- korrigiert sich und andere Schüler situativ zweckmäßig</li> <li>- kann seine eigene Leistungsfähigkeit einschätzen, verbessert sie selbstständig</li> <li>- zeigt eine hohe Teamfähigkeit, Fairness</li> <li>- zeigt ein sozial förderliches Verhalten</li> </ul>
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfüllt erteilte Aufträge weitgehend selbstständig, der Lehrer greift kaum ein</li> <li>- zeigt dauerhaft eine gute Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>- handelt überlegt, selbstständig und folgerichtig</li> <li>- korrigiert sich und andere Schüler zweckmäßig</li> <li>- kann seine eigene Leistungsfähigkeit einschätzen und verbessern</li> <li>- zeigt eine gute Teamfähigkeit, Fairness</li> <li>- zeigt ein meist sozial förderliches Verhalten</li> </ul>
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfüllt die Aufträge im Wesentlichen, der Lehrer greift gelegentlich ein</li> <li>- zeigt eine durchschnittlich befriedigende Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>- handelt meistens zweckmäßig und folgerichtig</li> <li>- schätzt seine eigene Leistungsfähigkeit gelegentlich ein, verbessert sie nur teilweise</li> <li>- zeigt eine zufriedenstellende Teamfähigkeit, Fairness</li> <li>- zeigt situativ ein sozial förderliches Verhalten</li> </ul>
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfüllt die Aufträge nur mangelhaft, die Anforderungen werden fast nur mit Hilfe des Lehrers realisiert</li> <li>- zeigt nur selten eine Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>- handelt kaum zweckmäßig und folgerichtig</li> <li>- schätzt seine eigene Leistungsfähigkeit selten ein, verbessert sie kaum</li> <li>- zeigt eine nicht zufriedenstellende Teamfähigkeit, Fairness</li> <li>- zeigt selten ein sozial förderliches Verhalten</li> </ul>
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfüllt die Aufträge sehr selten bzw. nie, die Anforderungen werden nur mit großer Hilfe des Lehrers realisiert</li> <li>- zeigt kaum Einsatz- und Leistungsbereitschaft, oft nur auf Anweisung des Lehrers</li> <li>- handelt nicht zweckmäßig und folgerichtig</li> <li>- schätzt seine eigene Leistungsfähigkeit nicht ein, verbessert sie nicht</li> <li>- zeigt keine zufriedenstellende Teamfähigkeit, Fairness</li> <li>- zeigt ein unsoziales Verhalten</li> </ul>
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfüllt die Aufträge nicht, die Anforderungen werden auch mit großer Hilfe des Lehrers nicht realisiert</li> <li>- zeigt keine Einsatz- und Leistungsbereitschaft</li> <li>- handelt nicht zweckmäßig, ein Folgerichtigkeit ist nicht erkennbar</li> <li>- kann seine eigene Leistungsfähigkeit nicht einschätzen, verbessert sie nicht</li> <li>- zeigt keine Teamfähigkeit, Fairness</li> <li>- zeigt ein sehr unsoziales Verhalten</li> </ul>



**Anhang 8 - Planungsempfehlungen zum Lernbereich Fitness**

Die thematische Aufschlüsselung dieses Lernbereiches ist in lehrplaneinführenden Fortbildungsveranstaltungen zur Diskussion gestellt worden. Im Anschluss wird je eine Planungsempfehlung für die Schularten Mittelschule und Gymnasium gegeben.

**Lernbereich Fitness Klassenstufen 8 - 10, Mittelschule (Zeitrichtwert 14 Ustd.)**

Themenkomplexe	Klassenstufe 8 (Ustd.)	Klassenstufe 9 (Ustd.)	Klassenstufe 10 (Ustd.)
Einführung/Organisation	1	-	-
Erwärmung	1	1	-
Ausdauer	3	3	3
Kraft	1	2	2
Beweglichkeit	2	1	1
Gesunder Rücken	1	1	2
Koordination	2	2	2
Ernährung	1	1	1
Entspannung	-	1	1
Fitness-Trends	-	1	1
Fitness-Checks	2	1	1
<b>Ustd. gesamt</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>14</b>

**Lernbereich Fitness Jahrgangsstufen 11/12, Gymnasium (Zeitrichtwert 24 Ustd.)**

Themenkomplexe	Jahrgangsstufe 11 bzw. 12 (24 Ustd.)
Einführung/Organisation	1
Erwärmung	1
Ausdauer	6
Kraft	5
Beweglichkeit	2
Gesunder Rücken	2
Koordination	2
Ernährung	1
Entspannung	1
Fitness-Trends	1
Fitness-Checks	2
<b>Ustd. gesamt</b>	<b>24</b>