

Beispiel eines kursinternen Lehrplanes für die Einführungsphase

Halbjahr	Unterrichtsvorhaben	Thema	Bewegungsfelder/Sportbereiche (BF/SB)	Inhaltsfelder (IF)	Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)	Sachkompetenz (SK)	Methodenkompetenz (MK)	Urteilskompetenz (UK)
Eph 1	UV 6				Die Schülerinnen und Schüler können	Die Schülerinnen und Schüler können	Die Schülerinnen und Schüler können	Die Schülerinnen und Schüler können
		Leichtathletik: Orientierungslauf - Wer sich verirrt hat nicht aufgepasst!	BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	leitend E: Kooperation und Konkurrenz	leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.	grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben	selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen.	die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen.
					eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen.			
					beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben.			
					einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen.			
				auch:AD				