



Eider – Treene – Schule

Gemeinschaftsschule mit Oberstufe

der Stadt Tönning in Tönning mit Außenstelle in Friedrichstadt

Badallee 14
25832 Tönning
☎ 04861 / 6100 - 0 📠 -18
www.ets-toenning.de

Schleswiger Straße 29
25840 Friedrichstadt
☎ 04881 / 651 📠 / 385
www.ets-friedrichstadt.de

– Sportfachschaft –

eider-treene-schule.toenning@schule.landsh.de

Eider – Treene – Schule ♦ Badallee 14 ♦ 25832 Tönning

Stand: 23.07.2025

Schulinternes Fachcurriculum Sport

Ziel des Unterrichts ist der systematische, alters- und entwicklungsgemäße Erwerb von Kompetenzen. Der Unterricht fördert die kognitiven, emotionalen, sozialen, kreativen und körperlichen Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler. Er vermittelt ihnen kulturelle und gesellschaftliche Orientierung und ermuntert sie dazu, eigenständig zu denken und vermeintliche Gewissheiten, kulturelle Wertorientierungen und gesellschaftliche Strukturen auch kritisch zu überdenken.

Mit dem Schulsport kommt die Institution Schule ihrer Verantwortung für den Aufgabenbereich Körper und Bewegung, Spiel und Sport nach. Dabei ereignet sich das pädagogisch Bedeutsame zunächst in und durch Bewegung, womit zugleich die Körperlichkeit der Schülerinnen und Schüler in besonderer Weise angesprochen wird.

Sportunterricht ist in seinen pädagogisch bedeutsamen Wirkungen nicht auf die körperliche und die motorische Dimension der Entwicklung beschränkt, sondern versteht sich als wichtiger Ansatzpunkt ganzheitlicher Erziehung und Bildung. Die Bewegungen, um die es im Sportunterricht geht, aktualisieren immer auch soziale Bezüge, Emotionen, Motive, Kognitionen und Wertvorstellungen. Darauf beruht angesichts der Lebens- und Lernbedingungen der Heranwachsenden der einzigartige Wert dieses Aufgabenbereichs, welcher zum lebenslangen Sporttreiben erziehen soll.

Das Fach Sport ist in der Oberstufe geprägt vom Wechselbezug praktischen Handelns und dessen theoretischer Durchdringung. Bewegung als praktisches sportliches Handeln steht dabei im Mittelpunkt des Sportunterrichts. Die Ausbildung der sportlichen Handlungsfähigkeit erfordert hier aber stärker als in der Sekundarstufe I die Vermittlung von sportbezogenem Handlungswissen, das aus unterschiedlichen Theoriebereichen stammt. Deshalb kommt dem Praxis-Theorie-Bezug in der Oberstufe eine besondere Bedeutung zu. Hierfür unterscheidet die fachdidaktische Systematik explizit einen sportpraktischen und einen sporttheoretischen Lernbereich, in dem jeweils die vier Kompetenzbereiche, (Kenntnisse, Fähigkeiten, Fertigkeiten und Einstellungen) angesteuert werden. In der unterrichtlichen Umsetzung sind diese Lernbereiche nicht voneinander getrennt zu sehen, sondern sie sind miteinander verzahnt. Das Sportprofil widmet sich in expliziten Theiestunden dessen Erwerb, wohingegen das grundlegende Niveau die theoretische Verzahnung während des Praxisunterrichts integriert.

Das fachinterne Curriculum Sport unterliegt einem stetigen Überarbeitungsprozess. Abweichungen von diesen inhaltlichen Aufzählungen sind auf individuelle Notwendigkeiten und didaktische Überlegungen zurückzuführen.

Jahrgangsübersicht

Jg. 5	Fach: Sport	W.Std.
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	Stunden
Floorballspezifische Techniken anwenden, Regeln, Antizipations- und Wahrnehmungstechniken erlernen	Einführung Floorball	12
Bewegungsaufgaben auf der Grundlage der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten lösen. Schnelligkeit, Kraft und Ausdauer unterscheiden	Fitness	8
Turnerische Bewegungsaufgaben erlernen, gestalten und präsentieren	Turnen	16
Erlernen des situationsorientierten Spiels im Rahmen der Ballschule, Bewegungsaufgaben mit Partner und in einer Gruppe	Kleine Spiele + kooperative Spielformen	20
Allgemeine Bewegungsschulung im Laufen, Springen und Werfen erfahren, Regeln kennen	Laufen, Springen, Werfen	16
Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen: <ul style="list-style-type: none"> • entsprechend Sportart • Bundesjugendspiele Leichtathletik und Gerätturnen 		
Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?): <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmbad 		
Optional entsprechend organisatorischen Möglichkeiten:		
Schwimmtechniken erlernen, sich unter Wasser orientieren, Baderegeln, sich freudvoll im Wasser bewegen	Schwimmen	

Jahrgangsübersicht

Jg. 6	Fach: Sport	W.Std.
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	Stunden
Grundbewegungen mit Bällen, Reifen, Seilen allein und in der Gruppe richtig ausführen. Rhythmen erkennen/umsetze	Bewegungsgestaltung und Tanz	6
Koordinative Fähigkeiten im Spielen und Üben steigern. Ballgefühl, -kontrolle und Ballbehandlung zeigen. Spielsituationen verstehen. Regeln.	Fußball	10
Ausdauernd laufen. Tempo an Streckenlänge anpassen. Herzfrequenz bestimmen. Erarbeiten koordinative Fähigkeiten.	Fitness	10
Bereitschaft zum Helfen und Sichern zeigen. Bewegungsaufgaben mit Partner und in einer Gruppe (Akrobatik)	Turnen	14
Wissen um Gefährdungen und vermeiden diese. Führen unterschiedliche Raufübungen und kleine Kampfspiele durch.	Ringen, Raufen, Verteidigen	6
Richtige Zeit- und Streckeneinteilung beim ausdauernden Laufen erkennen.	Laufen, Werfen, Springen	14
	Fakultative Sportspiele	12
Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen: <ul style="list-style-type: none"> • entsprechend Sportart • Bundesjugendspiele Leichtathletik und Gerätturnen 		
Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):		
Optional entsprechend organisatorischen Möglichkeiten:		
Schwimmtechniken erlernen, sich unter Wasser orientieren, Baderegeln, sich freudvoll im Wasser bewegen	Schwimmen	

Jahrgangsübersicht

Jg. 7	Fach: Sport	W.Std.
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	Stunden
Systematisch eine Spielfähigkeit entwickeln. Typische Elemente der Rückschlagspiele kennen.	Badminton	10
Spielfähigkeit entwickeln: Lauf- und Passwege. Ballkontrolle. Regeln kennen.	Basketball	10
Turnerische Bewegungsaufgaben gestalten und nach Kriterien bewerten. Helfen und Sichern.	Turnen	12
Kräftigungsübungen ausführen. Kraftausdauertraining.	Fitness	10
Faires Verhalten und Umgang mit Partnern im Zweikampf. Inszenierte und ritualisierte Kämpfe durchführen.	Ringern, Raufen, Verteidigen	8
Schnell laufen (Starttechniken). Springen in die Weite und Höhe.	Laufen, Werfen, Springen	10
	Fakultative Sportspiele	12
Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen: <ul style="list-style-type: none"> • entsprechend Sportart • Bundesjugendspiele Leichtathletik und Gerätturnen 		
Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):		

Jahrgangsübersicht

Jg. 8	Fach: Sport	W.Std.
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	Stunden
Vereinfachte Spielformen. Spielfähigkeit entwickeln. Schlagtechniken kennen. Regeln.	Volleyball	12
Um etwas kämpfen, gegeneinander kämpfen. Unterschiede in Kampfsportarten erkennen und reflektieren.	Ringern, Raufen, Verteidigen	6
Turnerische Bewegungsaufg. Gestalten. Turnelemente flüssig verbinden. Risiken realistisch einschätzen.	Turnen	12
Bewegungen zur Musik richtig rhythmisieren. Schrittfolgen im Takt ausführen.	Bewegungsgestaltung und Tanz	8
Schnelligkeits- und Beweglichkeitsschulung. Intervalle zur Schnelligkeitsschulung. Eigene Belastungsgrenzen erfahren und erweitern.	Fitness	12
Übungen des Sprint- und Sprung-ABC's beherrschen	Laufen, Werfen, Springen	10
	Fakultative Sportspiele	12
Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen: <ul style="list-style-type: none"> • entsprechend Sportart • Bundesjugendspiele Leichtathletik und Triathlon • 1 alternativer Leistungsnachweis 		
Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):		

Jahrgangsübersicht

Jg. 9	Fach: Sport	W.Std.
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	Stunden
Funktionales Wissen zum Training. Einsicht zur regelmäßigen sportlichen Betätigung und Erhaltung der Gesundheit. Eigene Fitness außerhalb Schule verbessern.	Fitness	10
Verschiedene Spielerrollen erfüllen. Spielgeschehen aktiv mitgestalten. Regeln kennen und Schiedsrichtertätigkeit.	Basketball	10
Verantwortungsbewusster Umgang mit Wagnissituationen. Außergewöhnliche Bewegungserfahrungen.	Turnen	10
Vertiefen von gymnastischen Grunderfahrungen. Choreographien mittanzen.	Bewegungsgestaltung und Tanz	8
Erfolgreich und aktiv an Spielformen teilnehmen. Spielpositionen erfassen. Laufwege und Lauftempo zum Ball festlegen.	Volleyball	10
Wurf- und Stoßdisziplinen wettkampfgerecht ausführen.	Laufen, Werfen, Springen	10
	Fakultative Sportspiele	12
Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen: <ul style="list-style-type: none"> • entsprechend Sportart • Bundesjugendspiele Leichtathletik und Triathlon 		
Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):		

Jahrgangsübersicht

Jg. 10	Fach: Sport	W.Std.
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	Stunden
Spielfähigkeit entwickeln. Wurf- und Fangtechniken verbessern und richtig steuern	Handball	12
Bewegungsaufgaben lösen. Belastungsgrenzen erweitern durch gezielte, regelmäßige Bewegung.	Fitness	14
Zielpräzision, vielfältige Ball- und Schlagkoordination.	Badminton	12
Erworbene Bewegungslösungen zeigen. Bewegungsfertigkeiten optimieren.	Turnen	8
Regelgerecht messen. Wettkampflisten führen. Einschätzen eigener Leistungsfähigkeit im Vergleich mit anderen.	Laufen, Werfen, Springen	10
Verschiedene Spielerrollen erfüllen. Spielgeschehen aktiv mitgestalten.	Fußball	10
	Fakultative Sportspiele	16
Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen: <ul style="list-style-type: none"> • entsprechend Sportart • Bundesjugendspiele Leichtathletik und Triathlon • 1 alternativer Leistungsnachweis 		
Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):		

Jahrgangsübersicht

Jg. 11	Fach: Sport	Jahrgang
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	
Erwerb grundlegender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Praxis:</u> viele verschiedene Sportarten mind. 1-2 Individualsportarten (z.B.: LA, Fitness, Turnen, Schwimmen); mind. 1-2 Ballsportarten)	Jg. 11.1
Erwerb grundlegender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Thematik mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Profil-Theorie:</u> Trainingslehre <ul style="list-style-type: none"> • Körperliche Anpassung • Belastungsnormative • Trainingsprinzipien • Planung sportlichen Trainings • Aufwärmen/Abwärmen • Sportverletzungen/Behandlung • Doping <u>Grundlegendes Niveau:</u> Theorie-Praxis-Verknüpfung im Bereich Trainings- bzw. Bewegungslehre während praktischer Arbeit	Jg. 11.1
Erwerb grundlegender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Praxis:</u> viele verschiedene Sportarten mind. 2 Individualsportarten (z.B.: LA, Fitness, Turnen, Schwimmen); mind. 2 Ballsportarten	Jg. 11.2
Erwerb grundlegender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend	<u>Theorie:</u> Bewegungslehre, Sportpsychologie <ul style="list-style-type: none"> • Ziele, Merkmale, Bedeutung • Sportliche Bewegungen (Betrachtungsweisen) 	Jg. 11.2

<p>Thematik mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen</p>	<ul style="list-style-type: none">● Leitmotive (Überblick)● Bewegungsfelder (Überblick)● Fertigkeiten vs. Fähigkeiten● Grob- → Feinkoordination● Klassifizierung v. Bewegungen● Bew.analyse: Meinel/Schnabel● Biomechanische Prinzipien, Translation, Rotation <p><u>Grundlegendes Niveau:</u> Theorie-Praxis-Verknüpfung im Bereich Trainings- bzw. Bewegungslehre während praktischer Arbeit</p>	
---	--	--

Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen:

Profil: 1 Klausur in 11.1; 2 Klausuren in 11.2

Fitness-Test (Anfangstest): 1x pro Halbjahr

Teilnahme an 3 Laufevents (5-10 km): z.B. (Staffel-)Triathlon,
(Abi-Lauf),

Prüfung in Schwerpunktsportarten

Grundlegendes Niveau: je eine KEL in 11.1 und 11.2

Fitness-Test (grundlegendes Niveau): 1x pro Schuljahr

Prüfung in Schwerpunktsportarten

Teilnahme am (Staffel-)Triathlon

Operatoren, die am Ende der Jahrgangsstufe vorausgesetzt werden:

entsprechend Fachanforderungen Deutsch

Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):

Schwimmhalle(Heide/Husum), Schwimmbad (Tönning),
optional Projektwoche als Sportprojekt (Skihalle, Schwimmen,
SUP)

Jahrgangsübersicht

Jg. 12	Fach: Sport	Jahrgang
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Praxis:</u> 1-2 (Schwerpunkt-) Sportarten (z.B.: LA, 1 Ballsportart) <u>Profil:</u> Fokus auf gewählter Schwerpunktsportart (Abiturrelevanz)	Jg. 12.1
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Theorie:</u> Trainingslehre und biologische Grundlagen <ul style="list-style-type: none"> • Akt./pas. Bew.apparat • Energiestoffwechsel • Ausdauertraining • Krafttraining • Trainingsmethoden • (Beweglichkeit) <u>Grundlegendes Niveau:</u> Theorie-Praxis-Verknüpfung im Bereich Trainings- bzw. Bewegungslehre während praktischer Arbeit	Jg. 12.1
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Praxis:</u> 2-3 (Schwerpunkt-) Sportarten (z.B.: LA, Fitness, Turnen, Schwimmen, Ballsportarten) <u>Profil:</u> Fokus auf gewählter Schwerpunktsportart (Abiturrelevanz)	Jg. 12.2
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Theorie:</u> psychische Faktoren, Bewegungslehre <ul style="list-style-type: none"> • Koordinative Fähigkeiten • Motivation, Stress, Aggression • Göhner 	Jg. 12.2

- | | | |
|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Bewegungslernen• (mot. Programme)• (Sport und Gesundheit) | |
|--|---|--|

Grundlegendes Niveau:

Theorie-Praxis-

Verknüpfung im Bereich

Trainings- bzw.

Bewegungslehre während
praktischer Arbeit

Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen:

Profil: 1 Klausuren in 12.1; 1 Klausur + 1 KEL in 12.2

Fitness-Test: 1x pro Halbjahr

Teilnahme an 3 Laufevents (5-10 km): z.B. Triathlon, (Abi-Lauf)

Prüfung in Schwerpunktsportarten

Grundlegendes Niveau: je eine KEL in 12.1 und 12.2

Fitness-Test (grundlegendes Niveau): 1x pro Schuljahr

Prüfung in Schwerpunktsportarten

Teilnahme am (Staffel-)Triathlon

Operatoren, die am Ende der Jahrgangsstufe vorausgesetzt werden:

entsprechend Fachanforderungen Deutsch

Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):

Schwimmhalle(Heide/Husum), Schwimmbad (Tönning), optional Projektwoche als Sportprojekt (Skihalle, Schwimmen, SUP)

Studieninformationstage Kiel/Flensburg Sportstätten

Jahrgangsübersicht

Jg. 13	Fach: Sport	Jahrgang
Kompetenzen	Themen der Unterrichtseinheiten	
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Praxis:</u> 2-3 (Schwerpunkt-) Sportarten (z.B.: LA, Fitness, Turnen, Schwimmen, Ballsportarten) <u>Profil:</u> Fokus auf gewählter Schwerpunktsportart (Abiturrelevanz)	Jg. 13.1
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Theorie:</u> Sport und Gesellschaft in <ul style="list-style-type: none"> • Sportgeschichte(Olympia) • Sport, Politik, Wirtschaft <ul style="list-style-type: none"> ○ Doping • Sport und Gesundheit <u>Grundlegendes Niveau:</u> Theorie-Praxis-Verknüpfung im Bereich Trainings- bzw. Bewegungslehre während praktischer Arbeit	Jg. 13.1
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Praxis:</u> 1 Schwerpunktsportart + 2-3 Wiederholungsthemen <u>Profil:</u> Fokus auf gewählter Schwerpunktsportart (Abiturrelevanz)	Jg. 13.2
Erwerb vertiefender Kompetenzen (Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen) entsprechend Sportart mit Fokus auf Problemlösungen, kritische Beurteilungen und Transferleistungen	<u>Theorie:</u> Abiturrelevante Wiederholung und Vertiefung Trainingslehre, Bewegungslehre, Sportpsychologie, Sport und Gesellschaft <ul style="list-style-type: none"> • Übungsaufgaben • Übungsklausuren <u>Grundlegendes Niveau:</u>	Jg. 13.2

	Theorie-Praxis-Verknüpfung im Bereich Trainings- bzw. Bewegungslehre während praktischer Arbeit	
<p><u>Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen:</u> <u>Zahl und Art der Leistungsüberprüfungen:</u> <u>Profil:</u> 1 Vorabiturklausur + 1 Klausur in 13.1 Fitness-Test: 1x pro Halbjahr Teilnahme an 2 Lafevents (5-10 km): z.B. Triathlon, Prüfung in Schwerpunktsportarten <u>Grundlegendes Niveau:</u> je eine KEL in 13.1 und 13.2 Fitness-Test (grundlegendes Niveau): 1x pro Schuljahr Prüfung in Schwerpunktsportarten Teilnahme am (Staffel-)Triathlon</p>		
<p><u>Operatoren, die am Ende der Jahrgangsstufe vorausgesetzt werden:</u> entsprechend Fachanforderungen Deutsch</p>		
<p><u>Wenn vorgesehen, außerschulische Lernorte (Kosten?):</u> Schwimmhalle(Heide/Husum), Schwimmbad (Tönning), optional Projektwoche als Sportprojekt (Skihalle, Schwimmen, SUP)</p>		