



Bildungs- und Lehrplanbezüge im Lern- und Erfahrungsfeld Kräfte messen & miteinander kämpfen

Übersicht auf alle Bildungsphasen und alle Inhaltsaspekte

Bildungsplanbezüge Basalphase/ 0 - 3 Jahre	
Inhaltsaspekt 1: spielerische Kampfformen	
Bildungsplanbezüge Kita, Tagespflegepersonen	
Bildungsbereich	Lerninhalt
Somatische Bildung	<i>Bewegung</i> > Kontakt wird nicht nur über Sprache hergestellt: Abbau und Kanalisierung von Aggressionen
Inhaltsaspekt 2: Kampfsporttechniken und Kampfsportarten	
	keine Bildungsplanbezüge
Inhaltsaspekt 3: Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche	
	keine Bildungsplanbezüge
Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes, faires und sicheres Kräftemessen	
	keine Bildungsplanbezüge



Bildungs- und Lehrplanbezüge im Lern- und Erfahrungsfeld Kräfte messen & miteinander kämpfen

Übersicht auf alle Bildungsphasen und alle Inhaltsaspekte

Bildungsplanbezüge Elementarphase/ 3 - 6 Jahre	
Inhaltsaspekt 1: spielerische Kampfformen	
Bildungsplanbezüge Kita	
Bildungsbereich	Lerninhalt
Somatische Bildung	<i>Bewegung</i> > Kontakt wird nicht nur über Sprache hergestellt: Abbau und Kanalisierung von Aggressionen
Soziale Bildung	<i>Leitbegriff Beteiligung</i> > Soziale Verhaltensweisen im täglichen Umgang <i>Soziales Lernen</i> > Spiel als Mittel um Kontakt herzustellen, soziale Regeln auszuhandeln und Rollen auszuprobieren > Differenzerfahrungen
Inhaltsaspekt 2: Kampfsporttechniken und Kampfsportarten	
keine Bildungsplanbezüge	
Inhaltsaspekt 3: Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche	
keine Bildungsplanbezüge	
Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes, faires und sicheres Kräftemessen	
Somatische Bildung	<i>Bewegung</i> > Kontakt wird nicht nur über Sprache hergestellt > Abbau und Kanalisierung von Aggressionen
Soziale Bildung	<i>Leitbegriff Beteiligung</i> > Soziale Verhaltensweisen im täglichen Umgang > Soziales Lernen, z.B. Spiel als Mittel um Kontakt herzustellen, soziale Regeln auszuhandeln und Rollen auszuprobieren > Soziales Lernen: Differenzerfahrungen



Bildungs- und Lehrplanbezüge im Lern- und Erfahrungsfeld Kräfte messen & miteinander kämpfen

Übersicht auf alle Bildungsphasen und alle Inhaltsaspekte

Bildungs- und Lehrplanbezüge Primarphase/ 6 - 10 Jahre	
Inhaltsaspekt 1: spielerische Kampfformen	
Bildungsplanbezüge Hort	
Bildungsbereich	Lerninhalt
Somatische Bildung	Ergänzende Inhalte Hort > Basale Bedürfnisse befriedigen- Grundlage für das Wohlbefinden: Herausbildung von Stärken, Bewegungslust, den Körper spüren, Grenzen testen.
Soziale Bildung	Entdeckendes und soziales Lernen > Aushandeln lernen können
Lehrplanbezüge Grundschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 1-4	LB3: Turnerische Übungen > Verbessern der Kraftfähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe, Tauziehen, Kampf um den Ball
Sport 3-4	LB3: Turnerische Übungen > Verbessern der Kraftfähigkeiten, z.B. in spielerisch kämpferischen Wettbewerben sich selbst und den Partner wahrnehmen, z.B. Rangeln und Ringespiele WP4: Olympische Spiele > Üben von olympischen Disziplinen: verschiedene Disziplinen der Antike und der Neuzeit, z.B. Ringen
Lehrplanbezüge Förderschule	
Sport 1-2	LB2: Einer braucht den anderen > Kraft- und Gewandheitsspiele: Zieh- und Schiebekämpfe z.B. ringender Kreis
Sport 3-4	LB2: Einer braucht den anderen > Berührungsspiele, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe WP3: Spiele zum Aggressionsabbau > Anwenden vielfältiger Spiele zum Aggressionsabbau, z.B. Hahnenkampf, Raufball, Armdrücken
Inhaltsaspekt 2: Kampfsporttechniken und Kampfsportarten	



Bildungsplanbezüge Hort	
Bildungsbereich	Lerninhalt
Somatische Bildung	Ergänzende Inhalte Hort > Basale Bedürfnisse befriedigen- Grundlage für das Wohlbefinden: Herausbildung von Stärken, Bewegungslust, den Körper spüren, Grenzen testen.
Lehrplanbezüge Grundschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 1-4	LB3: Turnerische Übungen > Verbessern der Kraftfähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe, Tauziehen, Kampf um den Ball > Erkunden und Üben vielfältiger Bewegungen an Geräten: Bewegungserfahrungen sammeln, z.B. Laufen, Ziehen, Schieben, Balancieren
Sport 3-4	LB3: Turnerische Übungen > Verbessern der Kraftfähigkeiten: in spielerisch kämpferischen Wettbewerben sich selbst und den Partner wahrnehmen, z.B. Rangeln und Ringespiele Rückenringen, Mattenverdrängen WP4: Olympische Spiele > Üben von olympischen Disziplinen: verschiedene Disziplinen der Antike und der Neuzeit, z.B. Ringen
Lehrplanbezüge Förderschule	
Sport 1-2	LB2: Einer braucht den anderen > Kraft- und Gewandheitsspiele: Zieh- und Schiebekämpfe z.B. ringender Kreis, Partnerübungen > Schiebewettkämpfe, z.B. Sitzringen, Rücken- hakeln, Linienkampf, Zweibeinhüpfen
Sport 3-4	LB2: Einer braucht den anderen > Berührungs-Spiele, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe LB3: Wünsche, Träume, Fantasie > Verbessern vielfältiger Bewegungsformen zur Festigung elementarer motorischer Fähigkeiten > rhythmische Bewegungsabläufe, z.B. Stampf-, Ballen- und Nachstellschritte WP3: Spiele zum Aggressionsabbau > Anwenden vielfältiger Spiele zum Aggressionsabbau, z.B. Hahnenkampf, Raufball, Armdrücken
Inhaltsaspekt 3: Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche	



Bildungsplanbezüge Hort	
Bildungsbereich	Lerninhalt
Somatische Bildung	Ergänzende Inhalte Hort > Positives Selbstwertgefühl stärkt die Widerstandsfähigkeit > kindliches Grundbedürfnis nach Wertschätzung (Stärke, Leistung und Anerkennung)
Soziale Bildung	Ergänzende Inhalte Hort > Entdeckendes und soziales Lernen > Aushandeln/Aushandlungsprozesse
Lehrplanbezüge Grundschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 1-4	LB3: Turnerische Übungen > Verbessern der Kraftfähigkeiten, z.B Zieh- und Schiebekämpfe, Tauziehen, Kampf um den Ball
Sport 3-4	LB3: Turnerische Übungen > Verbessern der Kraftfähigkeiten: in spielerisch kämpferischen Wettbewerben sich selbst und den Partner wahrnehmen, z.B. Rangeln und Ringespiele Rückenringen, Mattenverdrängen WP4: Olympische Spiele > Üben von olympischen Disziplinen: verschiedene Disziplinen der Antike und der Neuzeit, z.B. Ringen
Lehrplanbezüge Förderschule	
Sport 1-2	LB1: Jeder ist etwas Besonderes > Entwickeln der Wahrnehmung: vestibulär, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe LB2: Einer braucht den anderen > Kraft- und Gewandheitsspiele: Zieh- und Schiebekämpfe > Schiebewettkämpfe, z.B. Sitzringen, Rückenhakeln, Linienkampf,
Sport 3-4	LB2: Einer braucht den anderen > Partner-Übungen, z.B. Regeln absprechen und einhalten > kameradschaftliches und rücksichtsvolles Verhalten, z.B. Fairness, Akzeptanz, Toleranz und Ehrlichkeit > Berührungsspiele, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe LB3: Wünsche, Träume, Fantasie > Verbessern vielfältiger Bewegungsformen zur Festigung elementarer motorischer Fähigkeiten: rhythmische Bewegungsabläufe, z.B. Stampf-, Ballen- und Nachstellschritte WP3: Spiele zum Aggressionsabbau > Anwenden vielfältiger Spiele zum Aggressionsabbau, z.B. Hahnenkampf, Raufball, Armdrücken
Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes, faires und sicheres Kräfteressen	



Bildungsplanbezüge Hort	
Bildungsbereich	Lerninhalt
Somatische Bildung	<p>Ergänzende Inhalte Hort</p> <ul style="list-style-type: none"> > Basale Bedürfnisse befriedigen- Grundlage für das Wohlbefinden > Herausbildung von Stärken, Bewegungslust, den Körper spüren, Grenzen testen
Lehrplanbezüge Grundschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 1-4	<p>LB3: Turnerische Übungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern der Kraftfähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe, Tauziehen, Kampf um den Ball, Gefühl für Spannung – Entspannung im Sinne einer gesunden Körperhaltung entwickeln
Sport 3-4	<p>LB3: Turnerische Übungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern der Kraftfähigkeiten: in spielerisch kämpferischen Wettbewerben sich selbst und den Partner wahrnehmen, z.B. Rangeln und Ringespiele Rückenringen, Mattenverdrängen <p>WP4: Olympische Spiele</p> <ul style="list-style-type: none"> > Üben von olympischen Disziplinen: verschiedene Disziplinen der Antike und der Neuzeit, z.B. Ringen
Lehrplanbezüge Förderschule	
Sport 1-4	<p>LB1: Jeder ist etwas Besonderes</p> <ul style="list-style-type: none"> > Entwickeln der Wahrnehmung: vestibulär, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe <p>LB2: Einer braucht den anderen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Kraft- und Gewandheitsspiele: Zieh- und Schiebekämpfe z.B. ringender Kreis, Partnerübungen > Schiebewettkämpfe, z.B. Sitzringen, Rücken- hakeln, Linienkampf,
Sport 3-4	<p>LB2: Einer braucht den anderen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Partner-Übungen, z.B. Regeln absprechen und einhalten > kameradschaftliches und rücksichtsvolles Verhalten, z.B. Fairness, > Berührungsspiele, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe <p>LB3: Wünsche, Träume, Fantasie</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern vielfältiger Bewegungsformen zur Festigung elementarer motorischer Fähigkeiten: rhythmische Bewegungsabläufe, z.B. Stampf-, Ballen- und Nachstellschritte <p>WP3: Spiele zum Aggressionsabbau</p> <ul style="list-style-type: none"> > Anwenden vielfältiger Spiele zum Aggressionsabbau, z.B. Hahnenkampf, Raufball, Armdrücken



Bildungs- und Lehrplanbezüge im Lern- und Erfahrungsfeld Kräfte messen & miteinander kämpfen

Übersicht auf alle Bildungsphasen und alle Inhaltsaspekte

Lehrplanbezüge Sekundarphase I/ Altersgruppe 10 - 15 Jahre	
Inhaltsaspekt 1: spielerische Kampfformen	
Lehrplanbezüge Förderschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 5-6	LB2: Motorische Fähigkeiten > Verbessern der Kondition, z.B. Kraftausdauer, Raufball, Klimmziehen
Sport 7-9	LB2: Motorische Fähigkeiten > Verbessern konditioneller Fähigkeiten, z.B. Kraftausdauer, Kräftigungsübungen, Klimmziehen aus dem Schrägliege- und Streckhang, Zieh- und Schiebekämpfe LB Typ 2: Kraftsport/Fitness
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Sport 5-7	LB1: Turnen > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe
Sport 5-10	LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen > Erkunden/ Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. Judo, Ringen, Selbstverteidigung, > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen. > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen. LB Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis > Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zwei- kampfformen/Raufspiele
Inhaltsaspekt 2: Kampfsporttechniken und Kampfsportarten	
Lehrplanbezüge Förderschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 5-6	LB2: Motorische Fähigkeiten > Verbessern der Kondition, z.B. Kraftausdauer, Raufball, Klimm-ziehen, Schnellkraft: Medizinball schocken und Stoßen



Sport 7-9	<p>LB2: Motorische Fähigkeiten > Verbessern konditioneller Fähigkeiten, z.B. Kraftausdauer, Kräftigungsübungen, Klimmziehen aus dem Schrägliege- und Streckhang, Zieh- und Schiebekämpfe, Schnellkraft</p> <p>LB2: Kraftsport/Fitness > Kampfsport, z.B. Judo, Ringen</p>
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Sport 5-7	<p>LB1: Turnen > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe</p>
Sport 5-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen > Erkunden/ Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. Judo, Ringen , Selbstverteidigung, > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen.</p> <p>LB: Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis > Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zweikampf- formen/Raufspiele</p>
Sport 8-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen > Festigen der grundlegenden Fertigkeiten, bekannte Techniken erweitern, neue Techniken aneignen</p>
Inhaltsaspekt 3: Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche	
Lehrplanbezüge Förderschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 5-6	<p>LB2: Motorische Fähigkeiten > Verbessern der Kondition, z.B. Kraftausdauer, Raufball, Klimmziehen, Schnellkraft: Medizinball schocken und Stoßen</p>
Sport 7-9	<p>LB2: Motorische Fähigkeiten > Verbessern konditioneller Fähigkeiten, z.B. Kraftausdauer, Kräftigungsübungen, Klimmziehen aus dem Schrägliege- und Streckhang, Zieh- und Schiebekämpfe, Schnellkraft</p> <p>LB2: Kraftsport/Fitness > Kampfsport, z.B. Judo, Ringen</p>
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Sport 5-7	<p>LB1:Turnen > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe</p>
Sport 5-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen > Erkunden/ Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. Judo, Ringen , Selbstverteidigung,</p>



	<ul style="list-style-type: none"> > Anwenden von Fertigkeiten auf der Matte, z.B. wettkampfnahes Üben > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen. > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen, Bedürfnis am sportlichen Wettstreit entwickeln <p>LB Eine Perspektive thematisieren -Perspektive Wagnis</p> <ul style="list-style-type: none"> > Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zweikampf- formen/Raufspiele
Sport 8-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Festigen der grundlegenden Fertigkeiten, bekannte Techniken erweitern, neue Techniken aneignen > Kennen von grundlegenden Begriffen und Handlungen, z.B. Wertungen im Übungskampf, Kampfkommandos geben > Selbstverteidigung durchführen
Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes, faires und sicheres Kräftermessen	
Lehrplanbezüge Förderschule	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 5-6	<p>LB2: Motorische Fähigkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern der Kondition, z.B. Kraftausdauer, Raufball, Klimmziehen, Schnellkraft: Medizinball schocken und Stoßen > Verbessern der koordinativen Fähigkeiten
Sport 7-9	<p>LB2: Motorische Fähigkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern konditioneller Fähigkeiten, z.B. Kraftausdauer, Kräftigungsübungen, Klimmziehen aus dem Schrägliege- und Streckhang, Zieh- und Schiebekämpfe, Schnellkraft <p>LB2: Kraftsport/Fitness</p> <ul style="list-style-type: none"> > Kampfsport, z.B. Judo, Ringen
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Sport 5-7	<p>LB1: Turnen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. Zieh- und Schiebekämpfe
Sport 5-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Erkunden/ Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. verletzungsfreies Fallen > Einblick in grundlegende Begriffe und Handlungen gewinnen, z.B. zur Unfallverhütung und Hilfeleistung oder sich mit Gewichtsproblemen auseinandersetzen. > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen, Gesundheit und aktive Teilnahme an der Sportkultur fördern <p>LB Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis</p>



	> Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zweikampf- formen/Raufspiele
Sport 8-10	LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen > sich positionieren zu vielfältigen, sportlichen Betätigungen, z.B. gesundheitsorientierte Körperbildung durchführen, Umgang mit Doping



Bildungs- und Lehrplanbezüge im Lern- und Erfahrungsfeld Kräfte messen & miteinander kämpfen

Übersicht auf alle Bildungsphasen und alle Inhaltsaspekte

Lehrplanbezüge Sekundarphase II/ 15 - 18 Jahre	
Inhaltsaspekt 1: spielerische Kampfformen	
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 8-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Erkunden/Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. Judo, Ringen, Selbstverteidigung > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen. <p>LB Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis</p> <ul style="list-style-type: none"> > Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zwei- kampfformen/ Raufspiele
Sport 11-12	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. Spiele mit kampfssportspezifischen Aufgaben <p><i>Leistungskurs LB1: Gesellschaftliche Grundlagen</i> <i>Leistungskurs LB2: Psychomotorische Grundlagen</i></p>
Inhaltsaspekt 2: Kampfstechniken und Kampfsportarten	
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 8-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Erkunden/Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. Judo, Ringen, Selbstverteidigung > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen > Festigen der grundlegenden Fertigkeiten, bekannte Techniken erweitern, neue Techniken aneignen > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen <p>LB: Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis</p>



	<ul style="list-style-type: none"> > Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zweikampf- formen/ Raufspiele
Sport 11-12	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. Spiele mit kampfsportspezifischen Aufgaben > Beherrschen von grundlegenden Fertigkeiten, z.B. Anwenden von Fertigkeiten auf der Matte > Beherrschen von Begriffen und Handlungen der gewählten Kampfsportart > Übertragen des Erlernten auf die eigene Sportkultur <p>Leistungskurs, LB1: gesellschaftliche Grundlagen</p>
Inhaltsaspekt 3: Könnensentwicklung, Leistungsverhalten, Leistungsvergleiche	
Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium	
Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 8-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Erkunden/ Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. Judo, Ringen , Selbstverteidigung > Anwenden von Fertigkeiten auf der Matte, z.B. wettkampfnahes Üben > Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen. > Festigen der grundlegenden Fertigkeiten, bekannte Techniken erweitern, neue Techniken aneignen > Kennen von grundlegenden Begriffen und Handlungen, z.B. Wertungen im Übungskampf, Kampfkommandos geben > Selbstverteidigung durchführen > Freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen, Bedürfnis am sportlichen Wettstreit entwickeln <p>LB Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis</p> <ul style="list-style-type: none"> > Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen, z.B. Zweikampf- formen/Raufspiele
Sport 11-12	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none"> > Beherrschen von grundlegenden Fertigkeiten > Anwenden von Fertigkeiten auf der Matte, z.B. wettkampfnahes Üben > Beherrschen von Begriffen und Handlungen der gewählten Kampfsportart, z.B. Übungskämpfe leiten <p>Leistungskurs LB2: Psychomotorische Grundlagen</p> <p>Leistungskurs LB3: Sportmotorische Grundlagen</p> <p>Leistungskurs LB4: Bewegungskompetenzen - sportmotorische Fähigkeiten</p> <p>Leistungskurs LB5 :Bewegungskompetenzen sporttechnische Fertigkeiten</p>



Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes, faires und sicheres Kräftemessen

Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium

Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 8-10	<p>LB1: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none">> Erkunden/Üben grundlegender Fertigkeiten der neuen Sportart, z.B. verletzungsfreies Fallen> Einblick in grundlegende Begriffe und Handlungen gewinnen, z.B. zur Unfallverhütung und Hilfeleistung oder sich mit Gewichtsproblemen auseinandersetzen> Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten, z.B. einfache Zweikampfformen, volkstümliches Ringen und Raufen> sich positionieren zu vielfältigen, sportlichen Betätigungen, z.B. gesundheitsorientierte Körperbildung durchführen, Umgang mit Doping> freizeitrelevantes Anwenden des Erlernten, z.B. Selbstvertrauen stärken, Bewusstsein für individuelle Stärken und Schwächen <p>LB: Eine Perspektive thematisieren: Perspektive Wagnis</p> <ul style="list-style-type: none">> Anwenden in vielfältigen Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen
Sport 11-12	<p>LB: Kampfsport/Zweikampfübungen</p> <ul style="list-style-type: none">> Beherrschen von grundlegenden Fertigkeiten> Anwenden von Fertigkeiten auf der Matte, z.B. Partner- und Zweikampfübungen zur Kraftentwicklung nutzen> Übertragen des Erlernten auf die eigene Sportkultur, z.B. Bedürfnis nach Körperbildung ausbauen> Beherrschen von Begriffen und Handlungen der gewählten Kampfsportart, z.B. Risiken der Würge- und Hebeltechniken <p>Leistungskurs LB2: Psychomotorische Grundlagen</p> <p>Leistungskurs LB3: Sportmotorische Grundlagen</p> <p>Leistungskurs LB4: Bewegungskompetenzen – sportmotorische Fähigkeiten</p> <p>Leistungskurs LB5: Bewegungskompetenzen – sporttechnische Fertigkeiten</p>