

Obligatorische sechs Inhaltsfelder

Diese markieren bewegungsfeld- und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte, die in der gymnasialen Oberstufe anknüpfend an die Sekundarstufe I vertieft und erweitert werden.

Durch diese werden jeweils die zentralen fachlichen Gegenstände strukturiert und festgelegt. Sie sind in der Regel eng angebunden an das Bewegungshandeln in einem Praxis-Theorie-Bezug im Sportunterricht zu vermitteln und werden in den Kompetenzerwartungen differenziert aufgegriffen.

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

In diesem Inhaltsfeld besitzen der Bereich der Aneignung von neuen Bewegungen und deren prozesshafte Verbesserung einen zentralen Stellenwert. Dabei geht es sowohl um motorisch-koordinative Fertigkeiten als auch um lerntheoretische Aspekte, die hinter der äußerlich sichtbaren Veränderung und Anpassung einer Bewegung im Lernprozess stehen.

Der Zusammenhang von Struktur und Funktion auch unter Berücksichtigung biomechanischer Aspekte stellt dabei eine Grundlage für die Analyse und das Verständnis sportlicher Bewegungen dar. Grundlegend ist außerdem ein Verständnis für die unterschiedlichen Konzepte und Prinzipien des motorischen Lernens vor dem Hintergrund der jeweiligen Lernausgangslage und des sportspezifischen Gegenstands.

Bewegungsgestaltung (b)

Im Inhaltsfeld Bewegungsgestaltung geht es um Determinanten und Ausprägungen von Ausdrucks- und Gestaltungsprozessen in verschiedenen Bewegungsfeldern und Sportbereichen. Bewegungsgestaltung bezieht sich einerseits auf Bewegungsmerkmale und deren Funktion und umfasst andererseits die Zweckmäßigkeit und Ökonomie einer Bewegung. Dabei spielen Prinzipien und Formen von Bewegung wie auch ihre räumliche, zeitliche und dynamische Gestaltung eine wesentliche Rolle. Für das Verständnis von Bewegungsgestaltungen ist überdies die Kenntnis ästhetischer Formen und Kriterien bedeutsam, sodass auch der individuelle, kreative und gelungene Ausdruck einer Bewegung einbezogen werden kann.

Wagnis und Verantwortung (c)

Der sachgerechte Umgang mit Emotionen sowie mit Wagnis und Risiko erfordert grundlegendes Wissen über Handlungssteuerung und sportpsychologische Zusammenhänge. Psycho-physische Dispositionen wie u.a. Freude, Frustration und Angst sowie fachbezogenes Wissen zu Dimensionen des intuitiven, strategischen und operativen Denkens und Handelns machen die wesentlichen inhaltlichen Schwerpunkte dieses Inhaltsfeldes aus. Ein verantwortungsvoller Umgang mit dem eigenen Körper, ein kritisches Verständnis von Sport und Sportkultur sowie die Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Sinngebungen und Motiven in Bewegung, Spiel und Sport stellen weitere Aspekte in diesem Inhaltsfeld dar.

Leistung (d)

Sportliches Können wird vorwiegend als individuelle Leistung erlebt und bewertet. Darüber hinaus sind auch definierte Gütemaßstäbe und Bewertungskriterien Bezugsgrößen für die sportliche Leistung. Dazu dienen beispielsweise sportmotorische Tests und deren Aussagekraft. Um die hinter der äußeren Leistung nicht sichtbaren allgemeinen Grundlagen menschlicher Bewegung und die dabei ablaufenden körperlichen Prozesse verstehen und erklären zu können, sind grundlegende Kenntnisse zur Sportphysiologie und -anatomie notwendig. Eine darüber hinausgehende gezielte Steigerung der Leistungsfähigkeit setzt trainingswissenschaftliches Grundwissen voraus, das einerseits Kenntnisse über physische Leistungsvoraussetzungen und deren Bedeutung für sportartspezifische Anforderungen umfasst, andererseits aber auch ein grundlegendes Wissen über die Strukturierung und den Aufbau von Übungs- und Trainingsprozessen einbezieht.

Kooperation und Konkurrenz (e)

Der sachgerechte Umgang mit Kooperations- und Konkurrenzverhalten in Bewegung, Spiel und Sport erfordert den Erwerb eines grundlegenden Verständnisses sportsoziologischer und sozialpsychologischer Kenntnisse. Das Mit-einander und Gegeneinander im Hinblick auf die Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten fordert Kenntnisse über kooperations- und teamorientiertes Verhalten. Einen wichtigen Aspekt dabei stellen Regeln und Normen und deren kritische Reflexion im schulischen und gesellschaftlichen Kontext dar. Dabei bleibt die inhaltliche Bearbeitung in diesem Schwerpunkt aber nicht beim Handeln im Sportunterricht stehen, sondern soll darüber hinaus auch in allgemeinen sozialen Kontexten stattfinden und sich auf diese beziehen. Zudem stehen hier auch Theorien zur Entstehung von Aggressionen und die Beeinflussung von Sport durch externe Faktoren wie Sponsoren und Zuschauerinteressen im Fokus. Im Hinblick auf die Anforderungen, die eine differenzierte und zeitgemäße Gestaltung von Lernprozessen gerade im Bereich der Sportspiele erfordert, soll auch die Auseinandersetzung mit historischen u. aktuellen Sportspielvermittlungskonzepten erfolgen.

Gesundheit (f)

Gegenstände dieses Inhaltsfeldes sind die komplexen gesundheits-theoretischen Zusammenhänge von körperlicher Leistungsfähigkeit und psycho-physischer Belastbarkeit im Zusammenwirken mit emotionaler Stabilität sowie sozialer Integration. Bei deren Behandlung sollte verdeutlicht werden, dass der Gesundheitsbegriff vor dem Hintergrund unterschiedlicher Gesundheitskonzepte verschiedene Akzentuierungen erfahren kann. Im Sinne einer individuellen Gesundheitsprophylaxe gehören zu diesem Inhaltsfeld – neben Aspekten eines funktions-gerechten und gesundheitsbezogenen Bewege ns – auch Kenntnisse zum Umgang mit Stressoren, zu gesundheitlichen Auswirkungen des Sporttreibens sowie zu gesundheitlich vertretbaren und gesundheitlich fragwürdigen Körperidealen und Verhaltensweisen.

Bewegungsfelder und Sportbereiche

Die Bewegungsfelder und Sportbereiche strukturieren die konkreten fachlichen Inhalte orientiert an den Vorgaben der Rahmenvorgaben für den Schulsport. Die verbindlichen inhaltlichen Kerne der einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche bzw. die Regelungen der bewegungsfeldbezogenen Profilbildung in den einzelnen Ausbildungs-abschnitten und Kursniveaus der gymnasialen Oberstufe werden in den nachfolgenden Kapiteln dargestellt.

Für die gymnasiale Oberstufe werden die konkreten fachlichen Inhalte durch die folgenden Bewegungsfelder und Sportbereiche strukturiert, wobei das Bewegungsfeld „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“ der Rahmenvorgaben für den Schulsport in der gymnasialen Oberstufe nicht Profil bildend sein kann und deshalb in der nachfolgenden Liste nicht enthalten ist. Oberstufengemäße Inhalte dieses Bewegungsfeldes können integrativ im Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“ behandelt werden.

Die für die gymnasiale Oberstufe verbleibenden Bewegungsfelder und Sportbereiche lauten:

- Den Körper wahrnehmen u. Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB1)
- Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)
- Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)
- Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)
- Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)
- Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7)
- Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport (BF/SB 8)
- Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (BF/SB 9)

Kompetenzerwartungen bis zum Ende der Einführungsphase

Der Unterricht soll es den Schülerinnen und Schülern ermöglichen, dass sie - vor dem Hintergrund einer ggf. heterogenen Kompetenzentwicklung in der Sekundarstufe I - am Ende der Einführungsphase über die im Folgenden genannten Kompetenzen verfügen.

Dabei sind folgende Rahmenbedingungen für die Profilbildung zu berücksichtigen:

Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen gemäß dem Kernlehrplan für die **Einführungsphase in mindestens drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen** unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.

Die Fachkonferenz Sport des Quirinus-Gymnasiums hat sich auf folgende **vier obligatorische Bewegungsfelder und Sportbereiche** geeinigt.

| Hauslehrplan Sport | Jgst. 10EF |
|--|--|
| <p>I BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Inhaltliche Kerne: - Mannschaftsspiele (z.B. Basket-, Fuß-, Handball, Hockey, Volleyball) Oder - Partnerspiele - Einzel & Doppel (z.B. Badminton, Tennis, T-Tennis) Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können - in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden. - Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spiel-situationen anwenden.</p> | <p>Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz Inhaltl. Schwerpunkt: - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung u. Auswertung von sportl. Handlungssituationen beschreiben. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechter-differenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</p> <p>Inhaltsfeld d: Leistung Inhaltlicher Schwerpunkt: - Trainingsplanung und -organisation Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, - unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</p> <p>Überprüfung: Grundtechniken (siehe Anlage)</p> |
| <p>II BF/SB1: Den Körper wahrnehmen & Bewegungsfähigkeiten ausprägen Inhaltliche Kerne: - Formen der Fitnessgymnastik - Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren. - unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungs-situationen funktionsgerecht anwenden.</p> | <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung Inhaltlicher Schwerpunkt - Gestaltungskriterien Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</p> <p>Inhaltsfeld f: Gesundheit Inhaltlicher Schwerpunkt: - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - Auswirkungen gezielter Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.</p> <p>Überprüfung: Fitness-Eingangs- und Ausgangstest und Bewertung eines schülergeleiteten Fitness-Programms (siehe Anlage)</p> |
| <p>III BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik Inhaltlicher Kern: - Leichtathlet. Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf). - einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</p> | <p>Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien & Konzepte motorischen Lernens Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.</p> <p>Inhaltsfeld d: Leistung Inhaltlicher Schwerpunkt: - Trainingsplanung und -organisation Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, - unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</p> <p>Überprüfung: 3000m-Zeit gemäß zentraler Tabelle und Kugelstoßen oder Weitsprung auf Technik (gemäß Technikleitbild z.B. Bauersfeld-Schröter) (siehe Anlage)</p> |

| | |
|--|---|
| <p>IV BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen Inhaltliche Kerne: - Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampferäten u. Gerätebahnen - Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampferäten u. Gerätekombinationen Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können - unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren. - turnerische Bewegungsformen als selbst-ständig entwickelte Partner- oder Gruppen-gestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. - Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</p> <p>Oder:</p> <p>BF/SB6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste Inhaltliche Kerne: - Tanz - Gymnastik Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können - eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungs-kriterien präsentieren. - ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangs-punkt für eine Improvisation nutzen.</p> | <p>Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung Inhaltlicher Schwerpunkt: - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.</p> <p>Inhaltsfeld d: Leistung Inhaltlicher Schwerpunkt: - Trainingsplanung und -organisation Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, - unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</p> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung Inhaltlicher Schwerpunkt - Gestaltungskriterien Sachkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</p> <p>Überprüfung: Bewertung einer Kür im Turnen oder in Tanz/Gymnastik nach zentralem Bewertungsraster (wählbare Elemente unterschiedlichen Schwierigkeitsgrades) (siehe Anlage)</p> |
| <p>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen Inhaltliche Kerne: - Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagen-schwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken - Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können - eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen. - Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.</p> <p>BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport / Wintersport Inhaltliche Kerne: - Fortbewegung auf Rädern & Rollen (z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren) Oder - Gleiten auf dem Wasser (z.B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski) Oder - Gleiten auf Eis & Schnee (z.B. Skifahren und -laufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf) Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz Die Schülerinnen und Schüler können - ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen. - in Bewegungssituationen sportart-spezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungsverhalten situationsangemessen und verantwortlich anpassen.</p> <p>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport Inhaltliche Kerne: - Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Ringen, Judo) Od. - Zweikampfformen ohne direkten Körperkontakt (z.B. Taekwondo, Karate) Od. - Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Fechten, Kendo) [Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar.]</p> | <p>Zusätzlicher Wahlbereich (z.B. für Blockveranstaltungen/ Exkursionen) mit frei wählbaren Inhaltsfeldern</p> |

Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht/Sonstige Mitarbeit“

Im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht/Sonstige Mitarbeit“ werden – neben den aufgeführten Überprüfungsformen – vielfältige weitere zum Einsatz kommen, für die kein abschließender Katalog festgesetzt wird. Im Rahmen der Leistungsbewertung gelten auch für diese die allgemeinen Ansprüche der Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung.

Zu den Bestandteilen der „Sonstigen Leistungen im Unterricht/Sonstigen Mitarbeit“ zählen im Fach Sport zum einen punktuell und kontinuierlich zu erbringende sportmotorische Leistungen (z.B. Bewegungsaufgaben und sportmotorische Tests, siehe Konkretisierung innerhalb der Inhaltsfelder).

Zum anderen sind auch folgende Beiträge zur Unterrichtsgestaltung zu berücksichtigen: z.B.

- unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung,
- zielgerichtetes und kooperatives Verhalten in Übungs- und Spielsituationen,
- Beiträge zum Unterricht insbesondere in Gesprächsphasen,
- Präsentationen (u.a. Referate)
- von Schülerinnen oder Schülern vorbereitete Beiträge zum Unterricht (u.a. Protokolle, Lerntagebücher, Hausaufgaben).

Beispiele für Überprüfungsformen

| Überprüfungsformen | Kurzbeschreibung |
|-------------------------------|--|
| Darstellungsaufgabe | Zusammenstellung, Anordnung, Erläuterung, Konkretisierung von Sachverhalten |
| Analyseaufgabe | Strukturen erfassen, Zusammenhänge herstellen, Schlussfolgerungen ziehen |
| Erörterungsaufgabe | Abwägen von Pro und Contra, Gegenüberstellen unterschiedlicher Positionen, Aussagen und Sachverhalte beurteilen, Alternativen aufzeigen, Stellung beziehen |
| Sportmotorische Testverfahren | Unterschiedliche, quantitativ messbare sportpraktische Handlungen |
| Demonstration | Qualitativ bewertbare sportbezogene Bewegungshandlungen |
| Präsentation | Qualitativ bewertbare sportbezogene Darstellungsleistungen |