

Schulinterner Lehrplan
zum Kernlehrplan für die gymnasiale Oberstufe
des Kopernikus Gymnasiums Duisburg Walsum

Sport

Entwurfsstand: 01.06.2018

Inhaltsverzeichnis

Kapitel		Seite
1	Die Fachgruppe Sport am Kopernikus-Gymnasium Duisburg Walsum	4
	1.1 Leitbild für das Fach Sport	4
	1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung	5
	1.3 Sportstättenangebot	5
	1.4 Unterrichtsangebot	5
	1.5 Beschreibung der Fachgruppe	5
	1.6 Sprachförderung im Fach Sport	6
	1.7 Hausaufgabenkonzept im Fach Sport	6
2	Entscheidungen zum Unterricht	7
	2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	8
3	Einführungsphase	9
	3.1 Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase	9
	3.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	10
4	Qualifikationsphase im Grundkurs	15
	4.1 Übersicht über die Profile	15
	4.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen	16
	4.2.1 Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben	16
	4.2.2 Kursprofil 2: Übersicht der Unterrichtsvorhaben	25
	4.2.3 Kursprofil 3: Übersicht der Unterrichtsvorhaben	33
	4.2.4 Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben	40
	4.2.5 Kursprofil 5: Übersicht der Unterrichtsvorhaben	48
	4.3 Konkretisierte Unterrichtsvorhaben - Absprachen der Fachkonferenz über didaktisch-methodische Entscheidungen	55
	4.3.1 Konkretisierte Unterrichtsvorhaben - Exemplarisches Beispiel	56
5	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	57

	5.1 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung	57
	5.2 Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“	58
6	Evaluationskonzept der Fachkonferenz	59
	6.1 Arbeitsplan	59

1 Die Fachgruppe Sport am Kopernikus-Gymnasium Duisburg Walsum

1.1 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Kopernikus-Gymnasiums Duisburg Walsum drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.

Den Schülerinnen und Schülern sollen darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb finden ein stetiger Ausbau der Teilnahme an Wettkämpfen und die Bildung von Schulmannschaften statt.

Das Kopernikus-Gymnasium fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie:

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstdisziplin etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler Möglichkeiten im Rahmen des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart:

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

1.3 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Schuleigener Sportplatz mit 4 Laufbahnen, 1 Sprunggruben sowie 1 Kugelstoßanlage, 3 Tartanplätze

Im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades 2-3 x wöchentlich
- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

1.4 Unterrichtsangebot

Der Sportunterricht in der Oberstufe wird in allen Stufen auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt:

- Regelunterricht der Einführungsphase: 2-stündig
- Regelunterricht der Qualifikationsphase: 2-stündig

Für den Regelunterricht in der Oberstufe gelten die Kernlehrpläne Sport Sek. II am Gymnasium in der Fassung vom 01.08.2014. Der Sportunterricht wird in allen Stufen gemäß Stundentafel erteilt.

Die Fachkonferenz vereinbart, dass es in der Einführungsphase nur ein verbindliches Profil für alle Schüler gibt. Zu Beginn der Qualifikationsphase werden je nach Sportstättenangebot drei bis fünf verschiedene Profile den Schülern zur Auswahl gestellt. Ansprechpartnerin für die Oberstufenprofile ist Frau Schmidt.

1.5 Beschreibung der Fachgruppe

Folgende Sportkolleginnen und -Kollegen unterrichten am KGW im Schuljahr 2017/18 das Fach Sport:

Herr Berberich

Frau Bruckwilder

Frau Giebfried

Herr Jensen

Frau Kleineberg (Stellvertretende Fachvorsitzende)

Herr Knobloch (Referendar)

Herr Landmesser

Frau Rosser

Frau Schmidt (Fachvorsitzende)

Herr Schubert

Frau Schult

1.6 Sprachförderung im Fach Sport

Eine Sprachförderung erfolgt im Fach Sport primär über das gesprochene Wort.

Bei der Vermittlung von Übungen sowie in den kognitiven Phasen des Unterrichts (Reflexion oder Bewegungsbeschreibungen, etc...) sind die SuS aufgefordert eigenständig zu formulieren. Dabei ist darauf zu achten, dass angemessenes Fachvokabular verwendet wird.

Die SuS sollen gemäß der Inhaltsfelder einen Rollenwechsel hin zum Arrangeur und Vermittler vornehmen und müssen daher befähigt werden, ihre fachspezifische Sprache dahingehend anzuwenden und ggf. zu modifizieren, dass eine Vermittlung der Übungs- bzw. Unterrichtsinhalte ermöglicht wird.

Der Prozess des Erwerbs dieser sprachlichen Kompetenzen soll durch den Lehrer/die Lehrerin durch entsprechendes Vorbild sowie kontinuierliche Hilfestellung begleitet werden.

1.7 Hausaufgabenkonzept im Fach Sport

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte sowie Gestaltung von Unterrichtsstunden.

In der Qualifikationsphase werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

2 Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln.

Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können.

Die Darstellung der Inhalte erfolgt dabei auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Kapitel 2 wird zunächst die **Einführungsphase** vorgestellt. Die Fachkonferenz des Kopernikus-Gymnasiums hat hierfür ein Profil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 5, 6 und 7 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

Aufgrund der verbindlichen Durchführung der im Profil beschriebenen Unterrichtsvorhaben parallel in allen Kursen der EPh ist die Einhaltung einer vorgegebenen Reihenfolge nicht sinnvoll, so dass die Lehrkräfte mit Bezugnahme auf die räumlichen Begebenheiten und in Absprache mit den Fachkollegen eine individuelle Reihenfolge festlegen.

Da es nur ein Profil in der de EPh gibt muss die Fachkonferenz keine weiteren Maßnahmen zur Vergleichbarkeit der Leistungen beschließen.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils verbindlich. Im Vorfeld erfolgt die Einwahl in ein Kursprofil über einen Wahlbogen. Mit diesem Wahlbogen wird jedoch nur ein Bewegungsfeld festgelegt. Mit jedem angebotenen Kursprofil ist das Bewegungsfeld 7 verknüpft. Die Festlegung der Sportarten des Bewegungsfeldes 7 legt der Kurslehrer legt dieses Profil – möglichst in Absprache mit den Schülerinnen und Schülern - zu Beginn der Qualifikationsphase fest.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie

vorgesehenen Leistungsüberprüfungen, die im Einzelnen auch den Kapiteln 2.2 bis 2.4 zu entnehmen sind. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel wird zunächst die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die fünf Grundkursprofile entwickelt wurden.

Strukturell erfolgt zunächst immer erst ein Überblick über die UV des Profils, an die sich dann eine Konkretisierung mit Bezug zu Kompetenzerwartungen anschließt. Während die UV der Qualifikationsphase der durch Einwahl vorher festgelegten Bewegungsfelder verbindlich zu unterrichten ist, sind die UV und dessen Konkretisierungen im Bewegungsfeld 7 exemplarisch zu verstehen und an vereinbarten Sportarten zu übertragen.

3. Einführungsphase

Profilierung

*Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden. (KLP S. 20)*

3.1 Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

HJ	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. HJ	UV 1	Sperr werfen oder Hürdenlauf? – Eine neu erlernte leichtathletische Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 2	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Teamtaktische Lösungsmöglichkeiten (in Kleingruppen) im Basketball zur Verbesserung von spieltypischen Handlungssituationen (veränderte Technik und Taktik) mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 3	Video-Clip-Dancing - Tanzen wie ein Star – Eine Gruppen-gestaltung (z.B. Latin-Dance oder Dance-Pop) mit Hilfe medialer Lernwege und unter Berücksichtigung der Ausgestaltung der ausgewählten Tanzart skizzieren, präsentieren und bewerten. ca. 8 Zeit-Stunden
	Freiraum	ca. 8 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
2. HJ	UV 4	Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (z.B. Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) innerhalb selbst gewählter Sportspiele organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 5	Mach mit - fit für einen 5 km-Lauf – Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren. ca. 8 Zeit-Stunden oder Rope Skipping ist mehr als nur Seilchen springen - Die eigene Ausdauer gezielt und variantenreich durch verschiedene Sprünge trainieren und das eigene Training dokumentieren. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 6	Turnen muss nicht langweilig sein - Parcours oder Trampolin als Herausforderung begreifen, neue Bewegungsformen erlernen, individuelle Ziele setzen, konsequent trainieren und danach bewerten, sowie Sicherheits- und Gesundheitsrisiken beleuchten.

		ca. 8 Zeit-Stunden
	Freiraum	ca. 8 Zeit-Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

3.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (EPH) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben 1:</u></p> <p>Thema: Sperr werfen oder Hürdenlauf? – Eine neu erlernte leichtathletische Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten</p> <p>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p> <p>Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf) <p>Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d – Leistung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Trainingsplanung und Organisation (d)</p> <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK), a • unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK), a • den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK), a • ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen (UK), d <p>Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.</p>

Einführungsphase (EPH) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben 2:</u></p> <p>Thema: Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Teamtaktische Lösungsmöglichkeiten (2:2) im Basketball (ggf. Streetball) zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden</p> <p>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem **Mannschaftsspiel** oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen oder unterschiedlicher Zielsetzungen situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK), e
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren) (MK), e
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechtsdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK), e

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

Einführungsphase (EPH) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 3:

Thema: Video-Clip-Dancing - Tanzen wie ein Star – Eine Gruppengestaltung (z.B. Latin-Dance oder Dance-Pop) mit Hilfe medialer Lernwege und unter Berücksichtigung der Ausgestaltung der ausgewählten Tanzart skizzieren, präsentieren und bewerten

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

Inhaltsfelder: b – Gestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien, b

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK), b
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (MK), b
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK), b

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

Einführungsphase (EPH) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) innerhalb selbst gewählter Sportspiele organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschafts- oder **Partnerspiele** (z.B. Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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 Spielsituationen anwenden

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten, e

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK), e
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren) (MK), e
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK), e

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

Einführungsphase (EPH) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: Mach mit - fit für einen 5 km-Lauf – Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf / Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen * Hier wird nur der 5000m-Lauf akzentuiert.

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Trainingsplanung und Organisation, d
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, f

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK), d
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK), d
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK), d
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen (UK), d
- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (MK), f
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen (UK), f

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

ODER

Thema: Rope Skipping ist mehr als nur Seilchen springen - Die eigene Ausdauer gezielt und variantenreich durch verschiedene Sprünge trainieren und das eigene Training dokumentieren

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, **Ausdauer** oder Beweglichkeit) präsentieren

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Trainingsplanung und Organisation, d
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, f

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK), d
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK), d
- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK), d
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen (UK), d
- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (MK), f

- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen (UK), f

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

Einführungsphase (EPH) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 6:

Thema: Turnen muss nicht langweilig sein - Parcours oder Trampolin als Herausforderung begreifen, neue Bewegungsformen erlernen, individuelle Ziele setzen, konsequent trainieren und danach bewerten, sowie Sicherheits- und Gesundheitsrisiken beleuchten

BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltlicher Kern: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Inhaltsfelder: c- Wagnis und Verantwortung f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen, c
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, f

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK), c
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren (MK), c
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK), c
- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern (SK), f

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

4. Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Kopernikus Gymnasium gibt es in der Qualifikationsphase fünf Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

4.1 Übersicht über die Profile

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	b Bewegungsgestaltung	e Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d Leistung	e Kooperation und Konkurrenz
3	Bewegen an Geräten - Turnen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d Leistung	e Kooperation und Konkurrenz
4	Bewegen im Wasser – Schwimmen (Alternativ: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (Fitness / Ausdauer))	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d Leistung	e Kooperation und Konkurrenz
5	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (Fitness / Ausdauer)	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d Leistung	f Gesundheit

4.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Bei der Konkretisierung der Kompetenzerwartungen in Bezug auf die einzelnen Unterrichtsvorhaben wird von 40 Schulwochen ausgegangen. Die in den Unterrichtsvorhaben angegebenen Zeitstunden lassen in den Unterrichtsvorhaben drei, sechs und neun Freiraum für kursinterne Inhalte. Um zu gewährleisten, dass die verpflichtenden Unterrichtsvorhaben unterrichtet werden, darf der o.g. Freiraum nur am Ende des jeweiligen Halbjahres genutzt werden.

In jeder Profilkombination ist das Profil „Sportspiel“ enthalten. Die Schülerinnen und Schüler wählen aus zwei von der Lehrkraft vorgegebenen Mannschaftsspielen oder Partnerspielen ein Sportspiel verbindlich aus, welches durchgängig im Profil unterrichtet wird. Die entsprechenden Unterrichtsvorhaben müssen dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel von der Lehrkraft inhaltlich konkretisiert und angepasst werden.

4.2.1 Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste**“ werden alle inhaltlichen Kerne verbindlich unterrichtet (vgl. KLP S. 36f):

- Gymnastik
- Tanz
- Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne eine Auswahl aus den möglichen Akzentuierungen vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Floorball, Volleyball) oder Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Flag-Football, Futsal) oder
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiaca, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	„Der Rhythmus, bei dem jeder mit muss!“ – Vertiefung Aerobic Das Bewegungsrepertoire durch Ergänzung und Vertiefung aerobicspezifischer Schritte in Verbindung mit unterschiedlichen Armbewegungen, die in einer selbständigen Erarbeitung einer komplexen Gruppenkür endet unter Anwendung von der Gruppe selbst ausgewählter Gestaltungskriterien wie z.B. Variationen von Tempi, Raum, Position. Oder

		<p>„Der Rhythmus, bei dem der Körper mit muss!“ – Einführung in den Jazz Dance</p> <p>Die Bewegungsmöglichkeiten für rhythmische Jazz-Dance Strukturen entwickeln. Erarbeitung einer eigenen Gruppengestaltung unter Berücksichtigung von: Positionen des Körpers, Bewegungsmöglichkeiten der Gelenke, Isolationstechnik (Körperteile isoliert einsetzen), Stimmigkeit zwischen vorgegebenem Rhythmus und eigener Bewegung herstellen.</p> <p>ca. 8 Zeit-Stunden</p>
	UV 2	<p>„Erproben, Reflektieren und Variieren“</p> <p>Die zentrale Spielidee thematisieren und unter ausgewählten Kriterien ein Spiel beobachten und auswerten. Die individuelle Spielfähigkeit und die der Spielpartner einschätzen und angemessen reflektieren. Zur Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit, Veränderungen der Spiel- und Regelstruktur variieren</p> <p>ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 3	<p>„Tu was du willst“- Freiraum</p> <p>ca. 4-5 Zeit-Stunden</p>
<u>Q 1.2</u>	UV 4	<p>„Der mit dem Ball tanzt“ - Gymnastik mit Handgerät (z.B. Band, Ball)</p> <p>Erlernen der Grundtechniken und Handhabung eines ausgewählten Handgerätes. (Beispiel Band: Schwünge, Kreise, Schlangen (wellenförmige Windungen), Spiralen (kreisförmige Windungen) mit dem Ziel einer eindeutigen Bandzeichnung), Ziel ist die Erarbeitung, Umsetzung und Präsentation von gymnastischen Elementen mit dem Handgerät in einem harmonisch, fließenden, ästhetischen und ganzheitlichen Bewegungsablauf zu einem Musikstück.</p> <p>ca.8 Zeit-Stunden</p>
	UV 5	<p>„Angriff ist die beste Verteidigung“</p> <p>Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen</p> <p>ca.6 Zeit-Stunden</p>
	UV 6	<p>„Tu was du willst“- Freiraum</p> <p>ca. 4-5 Zeit-Stunden</p>
<u>Q 2.1</u>	UV 7	<p>„Rock around the clock“ - Rock 'n Roll</p> <p>Erarbeiten von Grundtechniken (Kick, Tanzhaltungen und Positionen, Armbewegungen, min. 4 Figuren inkl. akrobatischer Figuren, komplexe Tanzfiguren, die eine Trennung und Zusammenführung der Tanzpartner beinhalten) im Rahmen eines Stationstrainings. Den eigenen Körper, seine Aktionsmöglichkeiten und -Grenzen erkennen und beim Paartanz nutzen.</p> <p>ca.6 Zeit-Stunden</p> <p>oder</p> <p>Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit „Stock und Stuhl“ von objektspezifischen Bewegungsmöglichkeiten (z.B. „Stock und Stuhl“ unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren).</p> <p>ca.4-6 Zeit-Stunden</p>
		<p>Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen</p>

	UV 8	ODER „Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ca. 10 Zeit-Stunden
	UV 9	„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4-5 Zeit-Stunden
<u>Q 2.2</u>	UV 10	Gehen, stehen, posen – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen ca. 4 Zeit-Stunden
	UV 11	Thema: „Das kenne ich doch schon - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können oder Thema: „Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können ca.10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr Kursprofil 1 - Tanz
<p><u>Unterrichtsvorhaben 1:</u></p> <p>Thema: „Der Rhythmus, bei dem jeder mit muss!“ – Vertiefung Aerobic Oder „Der Rhythmus, bei dem der Körper mit muss!“ – Einführung in den Jazz Dance</p> <p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p>Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren • selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren <p>Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien, b</p> <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau)

- bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK), b
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK), b
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK), b

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 1 - Tanz

Unterrichtsvorhaben 2:

Thema: Das Spiel erproben, reflektieren und variieren

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Einzel und Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld: (d) Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungerscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hinbeurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit- Std.

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 1 - Tanz

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema: „Der mit dem Ball tanzt“ - Gymnastik mit Handgerät (z.B. Band, Ball)

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste, Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien, b

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK), b
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK), b
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK), b

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 1 - Tanz

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: „Angriff ist die beste Verteidigung“

Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Einzel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe sportspielspezifischer koordinativer Fähigkeiten sowie taktisch angemessener Wettkampfvhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

Zeitbedarf: ca. 6 Zeit-Std.

Unterrichtsvorhaben 7:

Thema: „Rock around the clock“ - Rock 'n Roll (7a)

oder

Von der Improvisation zur Komposition (7b)

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz (7a) bzw. Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (7b)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (7a)
- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (7a)
- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren (7b)
- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetischgestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation nutzen (7b)
- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (7b)

Inhaltsfeld: a – Bewegungskultur und Bewegungslernen (7a)

b – Bewegungsgestaltung (7a und 7b)

f – Gesundheit (7b)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Prinzipien und Konzeptes des motorischen Lernens, a (7a)
- Gestaltungskriterien, b (7a)
- Improvisation und Variation von Bewegung, b (7b)
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, f (7b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK), a (7a)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen, a (UK) (7a)
- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK), b (7a und 7b)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK), b (7a und 7b)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK), b (7a und 7b)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK), f (7b)

Zeitbedarf: ca.6 Zeit-Stunden (7a)

ca.4-6 Zeit-Stunden (7b)

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 1 - Tanz

Unterrichtsvorhaben 8:

Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

ODER

„Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: (d) Leistung , (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Angriffs- bzw. Abwehrmuster)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Std.

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 1 - Tanz

Unterrichtsvorhaben 10:

Thema: Gehen, stehen, posen

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsreichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestal-

- tungskriterien (Raum / Zeit / Dynamik / formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren
- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation nutzen
- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK), b
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK), b
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK), b

Zeitbedarf: ca. 4 Zeit-Std.

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 1 - Tanz

Unterrichtsvorhaben 11:

Thema: „Das kenne ich doch schon! - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

oder

„Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

oder

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Std.

4.2.2 Kursprofil 2: Übersicht der Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/ Sportbereich **"Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik"** – werden die folgenden inhaltlichen Kerne verbindlich unterrichtet (vgl. KLP – BF/SB3)

- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen und Wettkämpfe
- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß
- historische leichtathletische Bewegungsformen und/oder Wettkämpfe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne eine Auswahl aus den möglichen Akzentuierungen vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Floorball, Volleyball) oder Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Flag-Football, Futsal) oder
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiaca, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)

HJ	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	„Erfolg zeigt sich langfristig“ – Ausdauer trainieren; Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter der Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung. Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 2	„Erproben, Reflektieren und Variieren“ Die zentrale Spielidee thematisieren und unter ausgewählten Kriterien ein Spiel beobachten und auswerten. Die individuelle Spielfähigkeit und die der Spielpartner einschätzen und angemessen reflektieren. Zur Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit Veränderungen der Spiel- und Regelstruktur variieren ca. 10 Zeit-Stunden
	UV 3	„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden
<u>Q 1.2</u>	UV 4	„Alternative Wettkämpfe“ - Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Bewegungen in der Leichtathletik unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettkämpfe (Hochsprungmehrkampf, Formen des Hürdenlaufens, o.ä.) durchführen und nach vorher erarbeiteten, festgelegten Kriterien bewerten.

		ca.8 Zeit-Stunden
	UV 5	<p>„Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen ca.6 Zeit-Stunden</p>
	UV 6	<p>„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden</p>
Q 2.1	UV 7	<p>„Hilft viel Training immer viel?!“ – Der leichtathletische Mehrkampf am KGW – ein gesundheitsorientierter Mehrkampf Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. Einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 8	<p>Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ODER „Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 9	<p>„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden</p>
Q 2.2	UV 10	<p>„Historischer, leichtathletischer Fünfkampf“ Einen klassischen leichtathletischen Fünfkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Ringen, Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. ca. 5 Zeit-Stunden</p>
	UV 11	<p>Thema: „Das kenne ich doch schon - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können oder Thema: „Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können ca.10 Zeit-Stunden</p>

Unterrichtsvorhaben 1:

Thema: Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerungen

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf...)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Min)

Inhaltsfeld: (d): Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- **Trainingsplanung und –organisation**
- Erproben verschiedener Laufformen
- Erprobung und Auswertung verschiedener Trainingspläne
- Vorbereitung auf einen Mittelstrecken-Lauf

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (d)
- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (d)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen
- Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio...) (d)
- Programme und Übungen im Hinblick auf die Verbesserung der körperl. Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 2:

Thema: Das Spiel erproben, reflektieren und variieren

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Einzel und Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld: (d) Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungsercheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hinbeurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema „Alternative Wettkämpfe“ - Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Bewegungen in der Leichtathletik unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Alternative leichtathletische Bewegungsformen und/oder Wettkämpfe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettkämpfe (Hochsprungmehrkampf, Formen des Hürdenlaufens, o.ä.) durchführen und nach vorher erarbeiteten, festgelegten Kriterien bewerten

Inhaltsfeld: (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
(b): Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- **Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens kennen lernen und erläutern können. (a)**
- **Gestaltungskriterien (b)**
- Alternative Lauf-, Sprung- und Wurfformen
- Erprobung und Durchführung verschiedener Wettkampfformen
- Organisation, Präsentation und Bewertung von alternativen Wettkämpfen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen (d)
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a)
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (a)
- ausgewählte Ausführungskriterien (und Gestaltungskriterien) bei Bewegungsgestaltungen und –ausführungen anhand von Indikatoren benennen und erläutern (b)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (Nachgestalten, umgestalten, Neugestalten) unterscheiden (b)

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: „Angriff ist die beste Verteidigung“

Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball, ...) oder Partnerspiele (Einzel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe sportspielspezifischer koordinativer Fähigkeiten sowie taktisch angemessener Wettkampfvhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

Zeitbedarf: ca. 6 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 7:

Thema: „Hilft viel Training immer viel?!“ – Der leichtathletische Mehrkampf am KGW – ein gesundheitsorientierter Wettkampf

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.
- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen
- Physiologische und psychologische Auswirkungen von Doping erläutern

Inhaltsfeld: (f): Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- **Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens**
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Gesundheitsorientierte Trainingsmethoden
- Erprobung und Auswertung unterschiedlicher Trainings- und wettkampfformen im Hinblick auf eine gesundheitliche Orientierung.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (f)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (f)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (f)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung individuell unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik**Unterrichtsvorhaben 8:**

Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

ODER

„Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: (d) Leistung , (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Angriffs- bzw. Abwehrmuster)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfbregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik**Unterrichtsvorhaben 10:**

Thema: „Klassischer Mannschafts-Fünfkampf“ – Der antike olympische Fünfkampf mit mehreren Mannschaften

BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: historische leichtathletische Bewegungsformen und/oder Wettkämpfe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- historische leichtathletische Bewegungsformen und Wettbewerbe kennen und können diese nach festgelegten Kriterien in Mannschaften durchführen und bewerten
- Die klassischen 5 Sportarten Diskuswerfen, Speerwerfen, Weit-, bzw. Dreisprung, Stadionlauf(200m) und Ringen werden in Mannschaften gegeneinander ausgetragen. Dabei gilt es die Mannschaftsmitglieder entsprechend ihrer individuellen Leistungsfähigkeit zur Sportarten einzusetzen.

Inhaltsfeld: (d) Leistung , (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- **Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen (d)**
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die o.g. Disziplinen zielgerichtet und leistungsoptimiert (bezogen auf die individuellen Grenzen) ausführen
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben
- individuelle Leistungsfähigkeit einschätzen und sich mit mindestens zwei Disziplinen in die Gesamtmannschaftsleistung des Fünfkampfes einzubringen
- Verbesserung der Fähigkeit, sich abzusprechen und Aufgaben zu verteilen, Leistungsheterogenität zu kompensieren und miteinander zielgerichtet zu kooperieren
- sportartspezifische Mess- und Bewertungsmaßstäbe kennen und diese selbstständig durchführen
- Bewegungselemente aus bekannten leichtathletischen Disziplinen auf bisher unbekannte, verwandte Disziplinen übertragen
- Mannschaftswettbewerb organisieren und durchführen

Zeitbedarf: ca. 5 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 11:

Thema: „Das kenne ich doch schon - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

oder

Thema: „Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

oder

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

4.2.3 Kursprofil 3: Übersicht der Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/ Sportbereich **"Bewegen an Geräten - Turnen"** – werden die folgenden inhaltlichen Kerne verbindlich unterrichtet (vgl. KLP S. 25)

- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen
- Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen
- Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne eine Auswahl aus den möglichen Akzentuierungen vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Floorball, Volleyball) oder Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Flag-Football, Futsal) oder
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiaca, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)

HJ	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	<p>„Du mit mir und ich mit dir“ - Entwicklung einer Partnerkür im Bereich Bodenturnen</p> <p>Es werden akrobatische/ bodenturnerische Elemente wiederholt und eingeführt und auf Grundlage von Ausführungs- und Gestaltungskriterien bewertet. Die Körperspannung wird verbessert und die Partnersicherung als Hilfe zum Erwerb turnerischer Fähigkeiten verbessert.</p> <p>ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 2	<p>„Erproben, Reflektieren und Variieren“</p> <p>Die zentrale Spielidee thematisieren und unter ausgewählten Kriterien ein Spiel beobachten und auswerten. Die individuelle Spielfähigkeit und die der Spielpartner einschätzen und angemessen reflektieren. Zur Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit Veränderungen der Spiel- und Regelstruktur variieren</p> <p>ca.10 Zeit-Stunden</p>
	UV 3	<p>„Tu was du willst“- Freiraum</p> <p>ca. 4 Zeit-Stunden</p>
<u>Q 1.2</u>	UV 4	<p>„Geräteturnen mal anders“ - Vom Le Parkour zum Freerunning</p> <p>Es werden in der Einführungsphase erworbene Grundlagen vertieft und das Bewegungsrepertoire um Elemente aus dem Freerunning erweitert (Wall Flip/ Wall Spin). Ziel ist es eine, an die individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste, komplexe Wagnis- und Leistungssituation, in Form einer komplexen Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normunge-</p>

		bunden zu präsentieren ca.8 Zeit-Stunden
	UV 5	„Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen ca. 6 Zeit-Stunden
	UV 6	„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden
<u>Q 2.1</u>	UV 7	„Das Gerät und ich“ - Kürübung am Wettkampfgerät Turnerische Einzelelemente werden erlernt. Die Verbesserung des turnerischen Niveaus zielt dabei auf die Aspekte Körperspannung, normgebundene Bewegungsausführung sowie flüssige Bewegungsverbindung der Einzelelemente ab. Des Weiteren wird das Helfen und Sichern als wesentliche Grundlage der Lernprogression vertieft. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 8	Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ODER „Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ca. 10 Zeit-Stunden
	UV 9	„Tu was du willst“- Freiraum ca.4 Zeit-Stunden
<u>Q 2.2</u>	UV 10	„Jumping Jack Flash“ - Kreative Sprungformen auf dem Minitrampolin Es werden kreative Sprungvarianten um verschiedene Körperachsen, Partnersprünge (synchron), sowie Sprünge in verschiedenen Körperlagen ausprobiert, eingeübt und demonstriert. ca. 4 Zeit-Stunden
	UV 11	Thema: „Das kenne ich doch schon - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können oder Thema: „Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können ca.10 Zeit-Stunden

Unterrichtsvorhaben 1:

Thema: „Du mit mir und ich mit dir“ - Entwicklung einer Partnerkür im Bereich Bodenturnen

BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Inhaltsfeld: Bewegungsgestaltung (b)

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 2:

Thema: Das Spiel erproben, reflektieren und variieren

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Einzel und Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld: (d) Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungerscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hinbeurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema: „Turnen mal anders“ - Vom Le Parkour zum Freerunning

BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Normungebundenen Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren,
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen.

Inhaltsfeld: Wagnis und Verantwortung (c), Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern,
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: „Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball, ...) oder Partnerspiele (Einzel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe sportspielspezifischer koordinativer Fähigkeiten sowie taktisch angemessener Wettkampfvhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

Zeitbedarf: ca. 6 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 7:

Thema: „Das Gerät und ich“ - Kürübung am Wettkampfgerät

BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren

Inhaltsfeld: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Leistung (d)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Trainingsplanung und Organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 8:

Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

ODER

„Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: (d) Leistung , (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Angriffs- bzw. Abwehrmuster)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 10:

Thema: „Jumping Jack Flash“ - Kreative Sprungformen auf dem Minitrampolin

BF/SB 5: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Inhaltsfeld: Wagnis und Verantwortung (c)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern,

Zeitbedarf: ca. 4 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 2 – Leichtathletik

Unterrichtsvorhaben 11:

Thema: „Das kenne ich doch schon! - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

oder

„Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

oder

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

4.2.4 Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Bewegen im Wasser – Schwimmen**“ werden die folgenden inhaltlichen Kerne verbindlich unterrichtet (vgl. KLP S. 34):

- Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken
- Rettungsschwimmen
- Wasserspringen in Form normierter und freier Sprünge

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne eine Auswahl aus den möglichen Akzentuierungen vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Floorball, Volleyball) oder Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Flag-Football, Futsal) oder
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiaca, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)

HJ	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	<p>„Alles nur Technik?“ - Wettkampforientiertes Brust- und Kraulschwimmen mit Start und Wende inkl. Staffel</p> <p>Es werden Druck- und Zugphasen rhythmisiert und koordiniert, um einen gleichbleibenden Antrieb zu gewährleisten. Die Wasserlage wird optimiert, so dass die Strömungs- und Reibungswiderstände auf ein Minimum reduziert werden. Der Beinschlag wird ökonomisch koordiniert und trägt zur Vortriebswirkung bei. Die Atmung vermag störungsfrei den Sauerstoffbedarf zu decken. Startsprung und Wende werden erlernt und sollen Zeitersparnisse ermöglichen.</p> <p>ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 2	<p>„Erproben, Reflektieren und Variieren“</p> <p>Die zentrale Spielidee thematisieren und unter ausgewählten Kriterien ein Spiel beobachten und auswerten. Die individuelle Spielfähigkeit und die der Spielpartner einschätzen und angemessen reflektieren. Zur Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit Veränderungen der Spiel- und Regelstruktur variieren</p> <p>ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 3	<p>„Tu was du willst“- Freiraum</p> <p>ca. 4 Zeit-Stunden</p>
	UV 4	<p>„Jedes Leben zählt!“ - Rettungsschwimmen</p> <p>Es werden theoretische und praktische Kenntnisse zur Rettungsfähigkeit erarbeitet und erlernt, zudem kann das Rettungsschwimmabzeichens Bronze (ggf. Silber) abgelegt werden.</p> <p>ca.8 Zeit-Stunden</p>

<u>Q 1.2</u>	UV 5	<p>„Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen ca. 6 Zeit-Stunden</p>
	UV 6	<p>„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden</p>
<u>Q 2.1</u>	UV 7	<p>„Der Mix macht`s!“ - Ausdauerschwimmen am Beispiel von Lagenschwimmen Brust- und Kraulschwimmen werden gefestigt sowie ggf. das Repertoire an Schwimmtechniken um Delphin und Rücken erweitert. Die konditionellen Fähigkeiten werden durch individuelle Trainingsprozesse verbessert, eine Langzeitausdauer von 30 Min. Dauerschwimmen in verschiedenen Lagen soll geleistet werden. ca. 8 Zeit-Stunden</p>
	UV 8	<p>Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ODER „Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ca. 10 Zeit-Stunden</p>
	UV 9	<p>„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden</p>
<u>Q 2.2</u>	UV 10	<p>„I believe I can fly“ - Kreative Formen des Wasserspringens Es werden kreative Sprungvarianten wie verschiedene Kopfsprünge, Sprünge im Dominoeffekt, Partnersprünge (synchron), Sprünge aus verschiedenen Körperlagen und aus unterschiedlichen Höhen ausprobiert, eingeübt und demonstriert. Die Schwerpunkte liegen auch auf dem Erleben des Fliegens und in der Geschwindigkeit des Hineingleitens in das Wasser. ca. 4 Zeit-Stunden</p>
	UV 11	<p>Thema: „Das kenne ich doch schon - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können oder Thema: „Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können ca.10 Zeit-Stunden</p>

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 1:

Thema: „Alles nur Technik?“ - Wettkampforientiertes Brust- und Kraulschwimmen mit Start und Wende inkl. Staffel

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling- (Delfin-schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wendewettkampfgerecht ausführen
- physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser (Auftrieb, Vortrieb, Wasserwiderstand) in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen bzw. um Bewegungen kreativ zu gestalten
- Wettkampf- oder Spiel- oder Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen planen und gemeinschaftlich durchführen

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK), d
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK), d
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK), a

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 2:

Thema: Das Spiel erproben, reflektieren und variieren

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball, ...) oder Partnerspiele (Einzel und Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld: (d) Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungsscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hinbeurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema: „Jedes Leben zählt!“ - Rettungsschwimmen

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Rettungsschwimmen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung, Sicherung des zu Rettenden, Abschleppen, aus dem Wasser bringen, Wiederbeleben an einer Rettungspuppe) allein oder gemeinsam planen und bewältigen

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, c- Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen, a *nicht in der Obligatorik,
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische
- Grundlagen, a * nicht in der Obligatorik,
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen, c
- Motive, Motivation und Sinngelungen sportlichen Handelns, c * nicht in der Obligatorik

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK), c
- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK), a
- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK), a * nicht in der Obligatorik
- unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (SK), c

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: „Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball, ...) oder Partnerspiele (Einzel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe sportspielspezifischer koordinativer Fähigkeiten sowie taktisch angemessener Wettkampfvhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

Zeitbedarf: ca. 6 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 7:

Thema: „Der Mix macht`s!“ - Ausdauerschwimmen am Bsp. von Lagenschwimmen

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling- (Delfinschwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Inhaltsfeld: d – Leistung, f- Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Trainingsplanung und –organisation, d
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung, d
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen, d
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, f

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK), d
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK), d
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK), f

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 8:

Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

ODER

„Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: (d) Leistung , (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Angriffs- bzw. Abwehrmuster)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen

Unterrichtsvorhaben 10:

Thema: „I believe I can fly“ - Kreative Formen des Wasserspringens

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern: Wasserspringen in Form normierter und freier Sprünge

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser (Auftrieb, Vortrieb, Wasserwiderstand) in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen bzw. um Bewegungen kreativ zu gestalten
- Wettkampf- oder Spiel- oder Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen planen und gemeinschaftlich durchführen

Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung, b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltungskriterien, b
- Improvisation und Variation von Bewegung, b * nicht in der Obligatorik
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen, c
- Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns, c * nicht in der Obligatorik

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK), b
- Präsentationskriterien gelehrt im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK), b
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK), c

Zeitbedarf: ca. 4 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 4 – Schwimmen**Unterrichtsvorhaben 11:**

Thema: „Das kenne ich doch schon! - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

oder

„Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

oder

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

4.2.5 Kursprofil 5:Übersicht der Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld **„Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ (Fitness)** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne eine Auswahl aus den möglichen Akzentuierungen vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne eine Auswahl aus den möglichen Akzentuierungen vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Floorball, Volleyball) oder Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Flag-Football, Futsal) oder
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)

HJ	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 8 Zeit-Stunden
	UV 2	„Erproben, Reflektieren und Variieren“ Die zentrale Spielidee thematisieren und unter ausgewählten Kriterien ein Spiel beobachten und auswerten. Die individuelle Spielfähigkeit und die der Spielpartner einschätzen und angemessen reflektieren. Zur Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit Veränderungen der Spiel- und Regelstruktur variieren ca. 10 Zeit-Stunden
	UV 3	„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden
	UV 4	Das Fitnessstudio bin ich! –Ganzheitliche Körperkräftigung durch Nutzung des eigenen Körpergewichts ca. 8 Zeit-Stunden

<u>Q 1.2</u>	UV 5	„Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen ca. 6 Zeit-Stunden
	UV 6	„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden
<u>Q 2.1</u>	UV 7	Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen ca. 8 - 10 Zeit-Stunden
	UV 8	Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ODER „Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen ca. 10 Zeit-Stunden
	UV 9	„Tu was du willst“- Freiraum ca. 4 Zeit-Stunden
<u>Q 2.2</u>	UV 10	Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen Training von Ausdauer und Koordination verbinden ca. 4 Zeit-Stunden
	UV 11	Thema: „Das kenne ich doch schon - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können oder Thema: „Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können ca.10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 1:

Thema: Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: aerobe Ausdauerfähigkeit in untersch. Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Trainingsplanung und Organisation, d
- Fitness als Basis für Gesund- und Leistungsfähigkeit, f

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK), d
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK), d
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK), c

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 2:

Thema: Das Spiel erproben, reflektieren und variieren

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Einzel und Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfeld: (d) Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungerscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hinbeurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema: Das Fitnessstudio bin ich! –Ganzheitliche Körperkräftigung durch Nutzung des eigenen Körpergewichts

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Muskeltraining **ohne Geräte**, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderungen individuell angemessen anwenden.

Inhaltsfeld: f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK), f
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK), f
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK), f

Zeitbedarf: ca. 8 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: „Angriff ist die beste Verteidigung“ Planung und Durchführung von Übungsreihen zur Verbesserung des Verhaltens in Angriff- und Abwehrsituationen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball, ...) oder Partnerspiele (Einzel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe sportspielspezifischer koordinativer Fähigkeiten sowie taktisch angemessener Wettkampfvhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

Zeitbedarf: ca. 6 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 7:

Thema: Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Muskeltraining ohne Geräte, **mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten** (alternativ Bänke, Barren, Sprossenwand, gr. Kästen) zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

Inhaltsfeld: f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK), f
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK), f
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern, beurteilen. (UK), f

Zeitbedarf: ca. 8-10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 8:

Thema: „Angriff contra Abwehr“- Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

ODER

„Angriff contra Abwehr“ – Im Partnerspiel Stärken und Schwächen in Doppelsituationen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball,) oder Partnerspiele (Doppel)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen/koordinativen Fertigkeiten und taktischen/kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: (d) Leistung , (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Angriffs- bzw. Abwehrmuster)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness

Unterrichtsvorhaben 10:

Thema: Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper / 4 Judo-matten in Verbindung mit Armbewegungen zum Training von Ausdauer und Koordination verbinden

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen, d
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit, f

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK), f
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK), f

Zeitbedarf: ca. 4 Zeit-Stunden

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr | Kursprofil 5 – Fitness**Unterrichtsvorhaben 11:**

Thema: „Das kenne ich doch schon! - Ähnlich aber irgendwie auch anders“ – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Streetvolleyball, Speedminton, Streetball) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

oder

„Was spielt Usain Bolt? – Andere Länder, andere Spiele“ – Spiele aus anderen Kulturkreisen (Baseball, Faustball, Prellball, Rugby-Touch, Frisbee, Korbball,) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

oder

Inhaltlicher Kern: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern

Zeitbedarf: ca. 10 Zeit-Stunden

4.3 Konkretisierte Unterrichtsvorhaben - Absprachen der Fachkonferenz über didaktisch-methodische Entscheidungen

Die Fachkonferenz trifft auf der Grundlage der Obligatorik Absprachen für jedes Unterrichtsvorhaben und sichert damit die fachliche Kontinuität der Lehr- und Lernprozesse innerhalb einzelner Jahrgangsstufen. Der Erstellung der Karten befindet sich noch im Aufbau und wird sukzessiv durchgeführt.

Auf der UV – Karte zu den jeweiligen UV (DIN A-4 Format) erfolgen Absprachen der Fachkonferenz zu Einzelaspekten. Die Absprachen für das jeweilige UV beziehen sich auf folgende Aspekte:

- ausgewählte Inhalte und Gegenstände (didaktische Entscheidungen)
- ausgewählte Fach- und Lern- bzw. Arbeitsmethoden (methodische Entscheidungen)
- Absprachen über die Einführung/Vertiefung von Fachbegriffen
- Absprachen über die verbindliche Durchführung von Lernerfolgskontrollen mit engem Bezug zum Leistungskonzept sowie zur Leistungsbewertung ggf. mit Angaben zu den Bewertungskriterien/Punktetabellen

Die Unterrichtsvorhaben – Karten werden nach einem Durchlauf am Ende der Einführungsphase und der Qualifikationsphase jeweils evaluiert und ggf. modifiziert. Die UV – Karten stehen den Mitgliedern der Fachkonferenz digitalisiert zur Verfügung.

4.3.1 Konkretisierte Unterrichtsvorhaben - Exemplarisches Beispiel

Kursprofil 4 – Schwimmen

Thema des UV 4: „Jedes Leben zählt!“ – Rettungsschwimmen

Es werden theoretische und praktische Kenntnisse zur Rettungsfähigkeit erarbeitet und erlernt, zudem kann das Rettungsschwimmabzeichens Bronze (ggf. Silber) abgelegt werden.

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Je nach Leistungsstand des Kurses kann der Rettungsschwimmschein Bronze und/oder Silber erworben werden. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schieben, Ziehen, - Kopfschleppgriff, Achselchleppgriff, Fesselschleppgriff, Seemanns-Fesselschleppgriff - Befreiungsgriffe: Halsumklammerung von vorne und hinten, Bauchumklammerung von vorne und hinten 	<ul style="list-style-type: none"> • Abnahme der offiziellen Leistungen (z.B. Tiefschwimmen) während der Übungsphasen oder sofort im Anschluss daran. Die Wiederholungsmöglichkeiten von offiziellen Leistungen muss zeitlich und je nach Sportstättenangebot abgewägt werden. • Kurzreferate zu den Techniken des Rettungsschwimmens und der Ersten Hilfe • Abnahme eines Tests zu den Inhalten des Rettungsschwimmens • Beobachtungsbogen zu den Techniken des Rettungsschwimmens <p>Fachbegriffe - Methodenkompetenz:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleiderschwimmen • Transportschwimmen • Schleppgriffe • Befreiungsgriffe • Kombinationsübungen • Tief- und Streckentauchen • Sprünge • Anlandbringen 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Offizielle Leistungen des Rettungsschwimmens Bronze (Silber) - Offizieller Test zum Rettungsschwimmens <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kurzreferate zu den Techniken des Rettungsschwimmens und der Ersten Hilfe - erkennen und formulieren der eigenen körperlichen Möglichkeiten - Ernsthaftigkeit der Durchführung

5. Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

5.1.1. Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen:

Die Fachkonferenz strebt eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können:

Bewertet wird, wie der Schüler

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann
9. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
10. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

Konkretisierung

mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr

- *je nach Auswahl der UV einen Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*

1. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
2. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung

1. Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen bewertet.
2. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden
3. Überprüfungsformen zu 12 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen.

5.2. Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“

sehr gut	gut
Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.	Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.
befriedigend	ausreichend
Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.	Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit mit anderen zusammen zu arbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
mangelhaft	ungenügend
Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	Die Schülerin/der Schüler zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammen zu arbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.

6. Evaluationskonzept der Fachkonferenz

Die Fachkonferenz evaluiert ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung im Abstand von 5 Jahren und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Dazu überprüft sie, inwiefern die Aufgaben der Schule im Zusammenhang mit dem Sport stehen. Sie schreibt dazu jeweils zu Beginn des Schuljahres ihren Arbeitsplan fort.

Die Fachkonferenz evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor.

Die Fachkonferenz überprüft die Attraktivität der Kursprofile hinsichtlich der Interessen der Schüler durch regelmäßige schriftliche Befragungen. Ggf. werden die Kursprofile überarbeitet und angepasst. Dabei ist auf eine ausgewogene Verteilung der Interessen von Schülerinnen und Schülern zu achten. Die Kursprofile sind so zu gestalten, dass sie gleichermaßen die Interessen von Jungen und Mädchen berücksichtigen. Die Befragung wird jeweils im 2. Halbjahr der Einführungsphase durchgeführt.

Die Fachkonferenz trifft Vereinbarungen über Transparenz und Offenlegung über alle den Schulsport betreffenden Aspekte und vereinbart eine jährliche Aktualisierung.

6.1 Arbeitsplan

Vorhaben/Ziele	Beteiligte	Planungsbeginn	Projektbeginn	Evaluation	Fortschreibung: Art und Umfang neue Vorhaben für 2018/19
1.1 Sportunterricht in der Sekundarstufe I					
Einarbeitung des aktuellen KLP in den schulinternen LP Sek. I (5 und 6)					Implementationsmaßnahmen und Einarbeitung in schulinterne LP Veröffentlichung (homepage)
Einarbeitung des aktuellen KLP in den schulinternen LP Sek. I (7, 8 und 9)					Implementationsmaßnahmen und Einarbeitung in schulinterne LP Veröffentlichung (homepage)
1.3 Sportunterricht in der Oberstufe					
Entwicklung von Kursprofilen für alle Oberstufenkurse					Fortschreibung durch Kurslehrkräfte
1.4 Unterrichtsgestaltung					
Anpassung der UV auf individuelle und aktuelle Umstände					Implementationsmaßnahmen und Einarbeitung in schulinterne LP Veröffentlichung (homepage)
Absprachen zur Gestaltung des Unterrichts: Kompetenzorientierung durch Selbststeuerung und Individualisierung					Ausarbeitung eines UV mit Merkmalen zum kompetenzorientierten Lernen und Lehren; Aufgabenformate - Erproben von Lernaufgaben

Vorhaben/Ziele	Beteiligte	Planungsbeginn	Projektbeginn	Evaluation	Fortschreibung: Art und Umfang neue Vorhaben für 2018/19
Reflektierte Praxis und Praxis-Theorie- Verknüpfung					Umsetzung im Unterricht!!!
1.5 Wettkämpfe und Sporttage					
Absprachen zur Ge- staltung von Wett- kämpfen und Sportta- gen					Prozessmanagement: - BJS Klasse 7/8 - Wettkampf Klasse 9