

**Schulinterner Lehrplan Sport  
zum Kernlehrplan Sport für die  
gymnasiale Oberstufe (SII)**

**Erstellt durch die Fachkonfe-  
renz Sport des ASGSG Marl  
(Stand 01/2023)**

## Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>AUFGABEN UND ZIELE DES FACHES</b>	<b>3</b>
1.1	Leitbild für das Fach Sport	3
1.2	Qualitätsentwicklung und -sicherung	4
1.3	Sportstättenangebot	5
<b>2</b>	<b>Entscheidungen zum Unterricht</b>	<b>6</b>
2.1	Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	6
2.1.1	<i>Einführungsphase</i>	7
2.1.2	<i>Qualifikationsphase im Grundkurs</i>	15
2.1.3	<i>Qualifikationsphase im Leistungskurs</i>	55
2.1.4	<i>Beispiele für konkretisierte Unterrichtsvorhaben</i>	83
2.2	Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	84
2.3	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	89
<b>3</b>	<b>Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen</b>	<b>96</b>
<b>4</b>	<b>Qualitätssicherung und Evaluation</b>	<b>96</b>

# **1 AUFGABEN UND ZIELE DES FACHES**

## **1.1 Leitbild für das Fach Sport**

Der Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild unserer Schule aus. Wir folgen dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schüler\*innen fördern will. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 durchgängig koedukativ statt. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

Zielsetzung der Fachkonferenz Sport ist es, den Schüler\*innen die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit zu ermöglichen und so nachhaltig die Freude an der Bewegung und am Sport auszuprägen, 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.

Unseren Schüler\*innen soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Schulsportwettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung sieht es die Fachschaft als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport individuell zu unterstützen.

Das ASGSG 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.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird. Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln zu reflektieren. Dabei verfolgt unser erziehender Sportunterricht auf der Basis der Rahmenvorgaben für den Schulsport eine mehrperspektivische Ausrichtung.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Wahlpflichtbereich II sowie im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

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

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich, die im Medienkonzept der Schule vereinbarten Themen und Inhalte fachspezifisch aufzugreifen und in konkreten Unterrichtsvorhaben umzusetzen.

Im Rahmen unseres Schulprofils „Gute und gesunde Schule“ berücksichtigen sowohl der Sportunterricht als auch die außerunterrichtlichen Angebote mit sportlichem Schwerpunkt Maßnahmen zu einer gesundheitsbewussten Lebensführung, u.a. bei der Schulung einer gesundheitsorientierten Ausdauerleistungsfähigkeit (Laufen, Schwimmen).

## **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, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

Koordinatoren für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind Herr Bomas und Herr Lemmen. Die Koordinatoren verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich ein Leitbild mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule zu entwickeln. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit vorzulegen und regelmäßig im Abstand von 5 Jahren zu evaluieren und fortzuschreiben. Die Schülerinnen und Schüler sowie die Eltern sind an der Evaluation zu beteiligen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung eines Schulsportentwicklungsprogramms, das regelmäßig evaluiert und fortgeschrieben wird. Dazu erstellt sie einen Balkenplan, der die Arbeitsschwerpunkte sowie Entwicklung und Rechenschaftslegung gegenüber der Schulöffentlichkeit darlegt.

### **1.3 Sportstättenangebot**

#### Sportstätten der Schule:

- zwei schuleigene Einfachsporthallen: Gertrud-Schäfer-Halle links und rechts, ab Schuljahr 2023 / 2024 mit WLAN und digitaler Tafel
- zwei Hallenteile der Dreifachsporthalle der August-Döhr-Grundschule (ab 14:00 Uhr i.d.R. drei Hallenteile)
- Kraftraum in der Dreifachsporthalle der August-Döhr-Grundschule
- schuleigener Schulhof für die Sportmitbenutzung mit Basketballkörben, Tischtennisplatten, Klettergerüst, Slackline Vorrichtungen, Mini-Fußballtoren, Möglichkeiten für Inline- und Radfahrunterrichtsvorhaben
- städtische TRIPLE-X-Sportanlage mit drei Fußballplätzen (2x Kunstrasen, 1x Naturrasen), 400m Leichtathletik-Tartanbahn mit 4 Bahnen, 34 x 38m Sandfläche für Beach-Sport und Weitsprung, Basketballfeld mit zwei Korbanlagen, Speerwurfanlage, Diskuswurfanlage, Kugelstoßanlage, 100m-Tennenbahn, Hochsprunganlage, Outdoor-Volleyball-Feld (Tartan), 3 Garagen zur Lagerung von Material

#### Sportstätten im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades am Badeweiher (dienstags 1. / 2., donnerstags 9. / 10. Std., freitags 1. / 2. und 5. / 6. Std.)
- Laufgelände im unmittelbaren Schulumfeld

## **2 Entscheidungen zum Unterricht**

In der nachfolgenden Übersicht wird die für alle Lehrer\*innen gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben dargestellt.

Die Übersicht dient dazu, für die einzelnen Jahrgangsstufen allen am Bildungsprozess Beteiligten einen schnellen Überblick über Themen bzw. Fragestellungen der Unterrichtsvorhaben unter Angabe besonderer Schwerpunkte in den Inhalten und in der Kompetenzentwicklung zu verschaffen. Dadurch soll verdeutlicht werden, welches Wissen und welche Fähigkeiten in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben besonders gut zu erlernen sind und welche Aspekte deshalb im Unterricht hervorgehoben thematisiert werden sollten. Unter den Hinweisen des Übersichtsrasters werden u.a. Möglichkeiten im Hinblick auf inhaltliche Fokussierungen und interne Verknüpfungen ausgewiesen.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Der Schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schüler\*innen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Klassenfahrten o.Ä.) belässt.

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 2.1.1 wird zunächst die Einführungsphase vorgestellt. Die Fachkonferenz des ASGSGs hat sich auf die obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 3, 5, 6, 7 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

### **2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben**

Im folgenden Kapitel wird zunächst ein Beispiel für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt.

Strukturell erfolgt zunächst immer die Beschreibung der Profilierung, an die sich dann eine Übersicht über die Qualifikationsphase anschließt.

## 2.1.1 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. (vgl. KLP NRW S.22)

### Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halb-jahr	Laufen-des UV	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
		BF/SB BWK	If SK/MK/UK	
1. HJ	UV I	3.1	If a SK 1/ MK 1/ UK 1	„Werfen ohne zu Überdrehen“ - Der Drehwurf: Diskus <i>Zeitbedarf: ca. 18 Stunden</i>
	UV II	1.1	If f SK 1/ MK 1/ UK 1	„Das Fitnessstudio in der Turnhalle“ - Möglichkeiten eines gesundheitsgerechten Sporttreibens als Grundlage eines Konzeptes ganzheitlicher Körperkräftigung. <i>Zeitbedarf: ca. 14 Stunden</i>
	UV II	7.1	If e SK 1/ MK 1/ UK 1	„Schlag auf Schlag“ – technische Grundfertigkeiten am Beispiel des (Beach-) Volleyballspiels im Spiel 2:2/3:3 anwenden und die Spielfähigkeit verbessern. <i>Zeitbedarf: ca. 16 Stunden</i>
	Frei-raum			Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs. <i>Zeitbedarf: ca. 14 Stunden</i>
2. HJ	UV IV	5.1 5.3	If c SK 1/ MK 1/ UK 1	„Angst kann abschrecken - Angst kann herausfordern“: Der Umgang mit und die Beeinflussung von Ängsten in sportlichen Wagnissituationen erarbeitet anhand der Sprunggeräte im Geräteturnen. <i>Zeitbedarf: ca. 14 Stunden</i>
	UV V	6.1	If b SK 1/ MK 1/ UK 1	„Wir tanzen über ein Brett“ – Selbstständige Erarbeitung einer Kleingruppenchoreografie im Bereich Step Aerobic mit Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum, Zeit und formaler Aufbau. <i>Zeitbedarf: ca. 18 Stunden</i>

<b>UV VI</b>	7.1 7.2	If d SK 2/ MK 1/ UK 1	„Basiscamp Fußball“ – Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten im Fußball unter besonderer Berücksichtigung konditioneller Aspekte des Trainings. <i>Zeitbedarf: ca. 16 Stunden</i>
<b>Freiraum</b>			Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs. <i>Zeitbedarf: ca. 10 Stunden</i>

**Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen**

**Einführungsphase (EF) 1. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben I:**

**Thema:** „Werfen ohne zu Überdrehen“ – Der Drehwurf: Schleuderball und Diskus

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

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:** (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können eine schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf)

**Inhaltsfelder:** a

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Bewegungsstruktur und Bewegungslernen – Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:** (SK, MK, UK)

#### **Sachkompetenz (SK)**

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.

#### **Methodenkompetenz (MK)**

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

#### **Urteilskompetenz**

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.

**Zeitbedarf:** ca. 18 Std.

## **Unterrichtsvorhaben II:**

### **Thema:**

„Das Fitnessstudio in der Turnhalle“ – Möglichkeiten eines gesundheitsgerechten Sporttreibens als Grundlage eines Konzeptes ganzheitlicher Körperkräftigung.

### **BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**Inhaltlicher Kern:** Formen der Fitnessgymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK)**

- Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

**Inhaltsfeld(er):** (f): Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, (d): Leistung – Trainingsplanung und -organisation

**Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):** Formen der Fitnessgymnastik

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

##### **Sachkompetenz (SK):**

- (f) Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern.

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- (f) Die Schülerinnen und Schüler können sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- (f) Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können ihre eigenen Trainingsfortschritte kriteriengeleitet beurteilen.

**Zeitbedarf: ca. 14 Stunden**

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema:** Schlag auf Schlag“ – technische Grundfertigkeiten am Beispiel des (Beach-)Volleyballspiels im Spiel 2:2/3:3 anwenden und die Spielfähigkeit verbessern

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:** (BWK)

- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden

**Inhaltsfeld(er):** (e): Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:** (SK, MK, UK)

**Sachkompetenz (SK):**

(e) Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

**Methodenkompetenz (MK):**

(e) Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

**Urteilskompetenz (UK):**

(e) Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

**Zeitbedarf:** 16 Einzelstunden

**Einführungsphase (EF) 2. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben IV:**

*Thema: Angst kann abschrecken - Angst kann herausfordern“: Der Umgang mit und die Beeinflussung von Ängsten in sportlichen Wagnissituationen erarbeitet anhand der Sprunghocke über den mehrteiligen Kasten (Reuterbrett) oder der Radwende / des Handstandüberschlags am mehrteiligen Kasten (Minitramp), oder des Flic-Flacs am Boden.*

#### **BF/SB: 5 Bewegungen an Geräten - Turnen**

**Inhaltlicher Kern: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen**

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)**

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

**Inhaltsfeld(er):** (c): Wagnis und Verantwortung, (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):** Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)**

##### **Sachkompetenz (SK):**

(c) Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

##### **Methodenkompetenz (MK):**

(c) Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren

(a) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

##### **Urteilskompetenz (UK):**

(c) Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

**Zeitbedarf:** 14 Einzelstunden

### **Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** „Wir tanzen über ein Brett“ – Selbstständige Erarbeitung einer Kleingruppenchoreografie im Bereich Step Aerobic mit Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum, Zeit und formaler Aufbau.

**BF/SB: 6** Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (am Beispiel der Step Aerobic)

**Inhaltliche Kerne:** Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)**

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

**Inhaltsfelder:** (b): Bewegungsgestaltung

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltungskriterien und deren Umsetzung

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (SK, MK, UK):**

##### **Sachkompetenz (SK):**

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

##### **Methodenkompetenz (MK):**

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

##### **Urteilskompetenz (UK):**

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreografie nach ausgewählten Kriterien bewerten.

**Zeitbedarf:** ca. 18 Std.

### **Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** „Basiscamp Fußball“ – Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten im Fußball unter besonderer Berücksichtigung konditioneller Aspekte

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (Fußball)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können in einem **Mannschaftsspiel** oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

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

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Trainingsplanung und –organisation / Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:** (SK, MK, UK) **Sachkompetenz (SK)**

- (d) Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern

**Methodenkompetenz (MK)**

- (e) Die Schülerinnen und Schüler können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

**Urteilskompetenz**

- (d) Die Schülerinnen und Schüler ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen.
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkungen von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

**Zeitbedarf:** ca. 16 Std.

**Summe Einführungsphase: ca. 96 Stunden (Freiraum ca. 24 Stunden)**

## 2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Albert-Schweitzer-Geschwister-Scholl 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 NRW S. 30)*

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	(7) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Basketball)	(d) Leistung	(e) Kooperation und Konkurrenz
2	(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	(7) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Fußball)	(d) Leistung	(e) Kooperation und Konkurrenz
3	(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	(7) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Volleyball)	(d) Leistung	(e) Kooperation und Konkurrenz
4	(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	(7) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Badminton)	(b) Bewegungs-gestaltung	(e) Kooperation und Konkurrenz
5	(1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	(4) Bewegung im Wasser - Schwimmen	(f) Gesundheit	(d) Leistung

### Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z.B. **Basketball**, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Streetball, Beach-Volleyball, Flag-Football, **Ultimate Frisbee**)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<b>Q 1.1</b>   <b>19 Wochen = 57 Stunden</b>	<b>UV 1</b>	„ <b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> “ – Hürden- oder 100m-Sprint und Diskus- oder Speerwurf im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca. 14 Stunden
	<b>UV 2</b>	„ <b>Vom 1-1 zum 3-3</b> “ - Überprüfung, Schulung und Festigung der Basisfähig- und Fertigkeiten in spielnahen Spiel- und Übungsformen. ca.18 Stunden
	<b>UV 3</b>	„ <b>Criss-Cross, Straddle &amp; Co</b> “ – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilen einer Rope-Skipping-Kür unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und formaler Aufbau. ca.18 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 7 Stunden
<b>Q 1.2</b>   <b>21 Wochen = 63 Stunden</b>	<b>UV 4</b>	„ <b>Mit Koordination zum Basketballprofi</b> “ – Analyse und Erprobung der koordinativen Anforderungen beim Korbleger und/oder Sprungwurf zur Erweiterung und Festigung der individuellen Spielfähigkeit im Basketball ca.10 Stunden
	<b>UV 5</b>	„ <b>Dauerlauf vs. Intervalllauf</b> “ - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne ca.10 Stunden
	<b>UV 6</b>	„ <b>Angriff ist die beste Verteidigung!</b> “ – Kooperative Vermittlung des Schnellangriffs zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit. ca. 12 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 29 Stunden
<b>Q 2.1</b>	<b>UV 7</b>	<b>Stack, Line-Up und Co</b> – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihrer Anwendung im Zielspiel Ultimate Frisbee ca.16 Stunden

<p> <b>16</b> <b>Wochen</b> <b>= 54</b> <b>Stunden</b></p>	<b>UV 8</b>	„ <b>Wälzer, Flop und Co</b> “ – Erprobung historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter Beachtung der Krafteigenschaften für Sprungdisziplinen ca.12 Stunden
	<b>UV 9</b>	<b>Jede Leistung zählt, denn im Team gibt es kein „Ich“</b> – Erweiterung und Optimierung des individuellen leichtathletischen Bewegungsrepertoires in der Durchführung eines selbstständig organisierten leichtathletischen Mehrkampfes aus 5.000m-Lauf, Diskus/Speer oder Kugel und Weitsprung/Hochsprung. ca.16 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 6 Stunden
<p><b>Q 2.2</b></p> <p><b>Quartal 3</b>  <b>11</b> <b>Wochen</b> <b>= 33</b> <b>Stunden</b></p>	<b>UV 10</b>	„ <b>Schau’ Dir das an!</b> “ – Einsatz von videounterstützten Spielanalysen für die Verbesserung der gruppentaktischen Spielhandlungen im Basketballspiel 3-3 oder 4-4 unter besonderer Berücksichtigung des Angriffspiels. ca.16 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 17 Stunden

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

<b>Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr</b>	
<b><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></b>	
<p><b>Thema:</b> „<b>Wie werde ich besser?</b> – Auf dem Weg zur optimalen Leistung“ – Hürden- oder 100m-Sprint und Diskus- oder Speerwurf im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern.</p> <p><b>BF/SB:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b> Die Schülerinnen und Schüler können...</p>	

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren.

**Inhaltsfelder:** d – Leistung, a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, e- Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Analyse konditioneller und koordinativer Anforderungen in den verschiedenen Disziplinen (Bewegungsanalyse/Phasenstruktur von Bewegungen); Verschiedene Lernmethoden (differenziell/klassisch) beschreiben und vergleichen; Fremdeinschätzung/Selbsteinschätzung; Lernprotokoll und Lernpartner; Belastungsnormative

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.
- (gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie) die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen (theoriegeleitet) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 14 Std.

### **Unterrichtsvorhaben II:**

**Thema:** „Vom 1-1 zum 3-3“ - Überprüfung, Schulung und Festigung der Basisfähig- und Fertigkeiten in spielnahen Spiel- und Übungsformen.

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

**Inhaltlicher Kern:** Basketball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern  
Die Schülerinnen und Schüler können individual- gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

**Zeitbedarf:** 18 Std.

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema:** „Criss-Cross, Straddle & Co!“ – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilen einer Rope-Skipping-Kür unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und formaler Aufbau

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

**Inhaltlicher Kern:** Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:** Die Schülerinnen und Schüler können 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.<sup>1</sup>

**Inhaltsfeld:** b - Bewegungsgestaltung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltungskriterien

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

<sup>1</sup> Diese Kompetenzerwartung stammt aus dem Bewegungsfeld 6 und gehört dementsprechend nicht zur Obligatorik.

- Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Zeitbedarf:** 18 Std.

## Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben IV:**

**Thema:** „Mit Koordination zum Basketballprofi“ – Analyse und Erprobung der koordinativen Anforderungen beim Korbleger und/oder Sprungwurf zur Erweiterung und Festigung der individuellen Spielfähigkeit im Basketball

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Basketball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfelder:** Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 10 Std.

### **Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** „**Dauerlauf vs. Intervalllauf**“ - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne

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

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** d – Leistung, f - Gesundheit

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Formen des Ausdauerlaufs (Orientierungslauf, Waldlauf, Laufpuzzle, Biathlon...), Trainingsmethoden des Ausdauertrainings kennenlernen und miteinander vergleichen, Erstellung eines individuellen Trainingsplanes, Messung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit mit Hilfe des Cooper-Test und der Pulsmessung, Kenntnisse über die physiologischen Auswirkungen des Ausdauertrainings (Sportherz, Senkung Ruhepuls, beschleunigte Regeneration, Atmung)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern
- Gesundheitsfördernde Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern
- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- (individualisierte) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen
- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

**Zeitbedarf:** 10 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** „**Angriff ist die beste Verteidigung!**“ – Kooperative Vermittlung des Schnellangriffs zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit.

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Summe Qualifikationsphase I: ca. 84 Stunden (Freiraum ca. 36 Stunden)**

**Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben VII:**

**Thema:** „Stack, Line-Up und Co“ – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel Ultimate Frisbee

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

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen, und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairnett- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen (theoriegeleitet) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 16 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VIII:**

**Thema:** „Wälzer, Flop und Co“ – Erprobung historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter Beachtung der Krafteigenschaften für Sprungdisziplinen

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

**Inhaltlicher Kern:** historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

**Inhaltsfeld:** a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d – Leistung, e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Bewegungsanalyse/Phasenstruktur von Bewegungen, Eigen- und Fremdwahrnehmung bei der Erprobung historischer Hochsprungvarianten; Fremdeinschätzung/Selbsteinschätzung; Lernprotokoll und Lernpartner; Belastungsnormative

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen
- (gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie) die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen (theoriegeleitet) beurteilen

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben IX:**

**Thema:** "Jede Leistung zählt, denn im Team gibt es kein "Ich" - Erweiterung und Optimierung des individuellen leichtathletischen Bewegungsrepertoires in der Durchführung eines selbstständig organisierten leichtathletischen Mannschaftswettbewerbs aus Sprint (100 m und 100/110 m Hürdensprint), 50000 m-Lauf (aus dem 6. UV "Dauerlauf vs. Intervalllauf"), Sprung (Weit- und Hochsprung) und Wurf/Stoß (Kugelstoß, Diskus- und Speerwurf).

**BF/SB:** 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 Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

**Inhaltsfeld:** d – Leistung, e – Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Mannschaftstaktische Strategien unter besonderer Berücksichtigung gruppenspezifischer Prozesse im Sport umsetzen; unterschiedliche Motive beim Sporttreiben erläutern und Einflüsse und Auswirkungen von Sporttreiben beurteilen

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- (individualisierte) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen

**Zeitbedarf:** 16 Std.

### **Unterrichtsvorhaben X:**

**Thema:** „Schau’ Dir das an!“ – Einsatz von videounterstützten Spielanalysen für die Verbesserung der gruppentaktischen Spielhandlungen im Basketballspiel 3-3 oder 4-4 unter besonderer Berücksichtigung des Angriffsspiels

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

**Inhaltliche Kerne:** Mannschaftsspiele

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen.

**Inhaltsfelder:** e - Kooperation und Wettkampf

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen (theoriegeleitet) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 16 Std.

**Summe Qualifikationsphase II: ca. 87 Stunden (Freiraum ca. 23 Stunden)**

## Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, **Fußball**, Handball, Hockey, Volleyball)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Streetball, Beach-Volleyball, Flag-Football, **Futsal**)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<b>Q 1.1</b>  <b>19 Wochen = 57 Stunden</b>	UV 1	„ <b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> “ – Hürden- oder 100m-Sprint und Diskus- oder Speerwurf im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca. 14 Stunden
	UV 2	„ <b>DFB-Trainingszentrum</b> “ – Planung, Durchführung und Evaluation von DFB-Trainingseinheiten zur Schulung und Festigung der Basistechniken Ballannahme, Ballführung, Passen und Torschuss ca. 16 Stunden
	UV 3	„ <b>Criss-Cross, Straddle &amp; Co</b> “ – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilen einer Rope-Skipping-Kür unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und formaler Aufbau. ca. 16 Stunden
	Freiraum	ca. 11 Stunden
<b>Q 1.2</b>  <b>21 Wochen</b> <b>= 63</b>	UV 4	„ <b>Raus aus der Komfortzone</b> “ – Erproben und Beurteilen von selbst gestalteten Stationen orientiert am KAR-Modell und des Fußball-Koordinationstests zur Schulung fußballspezifischer Koordination ca. 12 Stunden
	UV 5	„ <b>Dauerlauf vs. Intervalllauf</b> “ - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne

	<b>Freiraum</b>	ca. 29 Stunden
<b>Q 2.1</b>  ✍ 16 Wochen = 54 Stunden	<b>UV 6</b>	„ <b>Pressen, Balleroberung, Konter</b> “ - Verbesserung der taktischen Spielmöglichkeiten im modernen Angriffsfußball durch Expertenteams ca. 12 Stunden
	<b>UV 7</b>	„ <b>Wälzer, Flop und Co</b> “ – Erprobung historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter Beachtung der Krafteigenschaften für Sprungdisziplinen ca.16 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 10 Stunden
<b>Q 2.2</b>	<b>UV 9</b>	<b>Jede Leistung zählt, denn im Team gibt es kein „Ich“</b> – Erweiterung und Optimierung des individuellen leichtathletischen Bewegungsrepertoires in der Durchführung eines selbstständig organisierten leichtathletischen Mehrkampfes aus 5.000m-Lauf, Diskus/Speer oder Kugel und Weitsprung/Hochsprung. ca.16 Stunden
	<b>UV 10</b>	<b>Stack, Line-Up und Co</b> – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihrer Anwendung im Zielspiel Ultimate Frisbee ca.12 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 15 Stunden

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

<b>Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr</b>
<p><b><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></b></p> <p><b>Thema:</b> „<b>Wie werde ich besser?</b> – Auf dem Weg zur optimalen Leistung“ – Hürden- oder 100m-Sprint und Diskus- oder Speerwurf im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern</p> <p><b>Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik</b></p>

### Unterrichtsvorhaben II:

**Thema:** „DFB-Trainingszentrum“ - Planung, Durchführung und Evaluation von DFB-Trainingsseinheiten zur Schulung und Festigung der Basistechniken Ballannahme, Ballführung, Passen und Torschuss.

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

**Inhaltlicher Kern:** Fußball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern

**Zeitbedarf:** 16 Std.

### Unterrichtsvorhaben III:

**Thema:** „Criss-Cross, Straddle & Co!“ – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilen einer Rope-Skipping-Kür unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und formaler Aufbau

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

## Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben IV:

**Thema:** „Raus aus der Komfortzone“ – Erproben und Beurteilen von selbst gestalteten Stationen orientiert am KAR-Modell und des Fußball-Koordinationstests zur Schulung fußballspezifischer Koordination

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

**Inhaltlicher Kern:** Fußball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfelder:** a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit **Be-**

**wegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** „**Dauerlauf vs. Intervalllauf**“ - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

**Summe Qualifikationsphase I: ca. 80 Stunden (Freiraum ca. 40 Stunden)**

**Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen****Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr****Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** „**Pressen, Balleroberung, Konter**“ - Verbesserung der taktischen Spielmöglichkeiten im modernen Angriffsfußball durch Expertenteams

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

**Inhaltlicher Kern:** Fußball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfvregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.

- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Unterrichtsvorhaben VIII:**

**Thema:** „**Wälzer, Flop und Co**“ – Erprobung historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter Beachtung der Krafteigenschaften für Sprungdisziplinen

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

**Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr**

**Unterrichtsvorhaben IX:**

**Thema:** **Jede Leistung zählt, denn im Team gibt es kein „Ich“** – Erweiterung und Optimierung des individuellen leichtathletischen Bewegungsrepertoires in der Durchführung eines selbstständig organisierten leichtathletischen Mehrkampfes aus 5.000m-Lauf, Diskus/Speer oder Kugel und Weitsprung/Hochsprung.

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

**Unterrichtsvorhaben VII:**

**Thema:** „**Stack, Line-Up und Co**“ – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel Ultimate Frisbee

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

**Summe Qualifikationsphase II: ca. 62 Stunden (Freiraum ca. 25 Stunden)**

### Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, **Volleyball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Streetball, Beach-Volleyball, Flag-Football, Futsal, **Ultimate Frisbee**)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<b>Q 1.1</b>  <b>19 Wochen = 57 Stunden</b>	UV 1	„ <b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> “ – Hürden- oder 100m-Sprint und Diskus- oder Speerwurf im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca. 14 Stunden
	UV 2	„ <b>Vom 3-3 zum 4-4</b> “ - Überprüfung, Schulung und Festigung der Basisfähig- und Fertigkeiten in spielnahen Spiel- und Übungsformen. ca.18 Stunden
	UV 3	„ <b>Criss-Cross, Straddle &amp; Co</b> “ – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilen einer Rope-Skipping-Kür unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und formaler Aufbau. ca.18 Stunden
	Freiraum	ca. 7 Stunden
<b>Q 1.2</b>  <b>21 Wochen = 63 Stunden</b>	UV 4	„ <b>Mit Koordination zum Volleyballprofi</b> “ – Analyse und Erprobung der koordinativen Anforderungen ausgewählter Bewegungsaufgaben (Hechtbagger, Japanrolle, Einzel- und Doppelblock, Angriffspritschen, Drive- und Schmetterschlag) im Volleyball zur Erweiterung und Festigung der individuellen Spielfähigkeit im Volleyball ca.12 Stunden
	UV 5	„ <b>Dauerlauf vs. Intervalllauf</b> “ - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne ca.10 Stunden

	<b>Freiraum</b>	ca.29 Stunden
<b>Q 2.1</b>  <b>16 Wochen = 54 Stunden</b>	<b>UV 6</b>	„ <b>Angriff ist die beste Verteidigung!</b> “ – kooperative Vermittlung des Zuspiels von der Position 2 und das Läu-fersystem von der Position 1 zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit. ca. 12 Stunden
	<b>UV 7</b>	<b>Stack, Line-Up und Co</b> – Erlernen spezifischer Spiel-handlungen und ihrer Anwendung im Zielspiel Ultimate Frisbee ca.16 Stunden
	<b>UV 8</b>	„ <b>Wälzer, Flop und Co</b> “ – Erprobung historischer Hoch-sprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter Beachtung der Krafteigenschaften für Sprungdisziplinen ca.12 Stunden
<b>Q 2.2</b>  <b>Quartal 3 11 Wochen = 33 Stunden</b>	<b>UV 9</b>	<b>Jede Leistung zählt, denn im Team gibt es kein „Ich“</b> – Erweiterung und Optimierung des individuellen leicht-athletischen Bewegungsrepertoires in der Durchführung eines selbstständig organisierten leichtathletischen Mehrkampfes aus 5.000m-Lauf, Diskus/Speer oder Kugel und Weitsprung/Hochsprung. ca.16 Stunden
	<b>UV 10</b>	„ <b>Schau’ Dir das an!</b> “ – Einsatz von videounterstützten Spielanalysen für die Verbesserung der gruppentakti-schen Spielhandlungen im Volleyballspiel 4-4 oder 6-6 unter besonderer Berücksichtigung des Angriffspiels. ca.12 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 21 Stunden

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

<b>Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr</b>
<p><b><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></b></p> <p><b>Thema:</b> „<b>Wie werde ich besser?</b> – Auf dem Weg zur optimalen Leistung“ – Hürden- oder 100m-Sprint und Diskus- oder Speerwurf im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern</p> <p><b>Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik</b></p>

### **Unterrichtsvorhaben II:**

**Thema:** „Vom 3-3 zum 4-4“ - Überprüfung, Schulung und Festigung der Basisfähig- und Fertigkeiten in spielnahen Spiel- und Übungsformen.

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

**Inhaltlicher Kern:** Volleyball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsspezifische Wettkampfergebnisse erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.

**Zeitbedarf:** 18 Std.

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema:** „Criss-Cross, Straddle & Co!“ – Erarbeitung, Präsentation und Beurteilen einer Rope-Skipping-Kür unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und formaler Aufbau

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

## **Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben IV :**

**Thema:** „Mit Koordination zum Volleyballprofi“ – Analyse und Erprobung der koordinativen Anforderungen ausgewählter Bewegungsaufgaben (Hechtbagger, Japanrolle, Einzel- und Doppelblock, Angriffspritschen, Drive- und Schmetterschlag) im Volleyball zur Erweiterung und Festigung der individuellen Spielfähigkeit im Volleyball

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

**Inhaltlicher Kern:** Volleyball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen.

**Inhaltsfelder:** a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** „Dauerlauf vs. Intervalllauf“ - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

**Summe Qualifikationsphase I: ca. 84 Stunden (Freiraum ca. 36 Stunden)**

## Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** „Angriff ist die beste Verteidigung!“ – Kooperative Vermittlung des Zuspiels von der Position 2 und das Läufer-system von der Position 1 zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit.

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

**Inhaltlicher Kern:** Volleyball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

### Unterrichtsvorhaben VII:

**Thema:** „**Stack, Line-Up und Co**“ – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel Ultimate Frisbee

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

### Unterrichtsvorhaben VIII:

**Thema:** „**Wälzer, Flop und Co**“ – Erprobung historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter Beachtung der Krafteigenschaften für Sprungdisziplinen

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

## Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben IX:

**Thema:** **Jede Leistung zählt, denn im Team gibt es kein „Ich“** – Erweiterung und Optimierung des individuellen leichtathletischen Bewegungsrepertoires in der Durchführung eines selbstständig organisierten leichtathletischen Mehrkampfes aus 5.000m-Lauf, Diskus / Speer oder Kugel und Weitsprung / Hochsprung.

**Vorgaben siehe Kursprofil Basketball / Leichtathletik**

### Unterrichtsvorhaben X:

**Thema:** „**Schau’ Dir das an!**“ – Einsatz von videounterstützten Spielanalysen für die Verbesserung der gruppentaktischen Spielhandlungen im Volleyballspiel 4-4 oder 6-6 unter besonderer Berücksichtigung des Angriffsspiels.

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

**Inhaltliche Kerne:** Volleyball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen.

**Inhaltsfelder:** e - Kooperation und Wettkampf

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

- gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairnett- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen (theoriegeleitet) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Summe Qualifikationsphase II: ca. 56 Stunden (Freiraum ca. 31 Stunden)**

#### Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, **Badminton**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Streetball, Beach-Volleyball, Flag-Football, Futsal, **Ultimate Frisbee**)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35).

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<b>Q 1.1</b>   <b>19 Wochen = 57 Stunden</b>	<b>UV 1</b>	<b>Raummalerei mit Reifen</b> – Reproduzieren, Variieren, Erarbeiten, Präsentieren und Beurteilen einer Reifengymnastik in Einzel- und Partnerarbeit unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien „Raum“ und „Formaler Aufbau“ ca. 20 Stunden
	<b>UV 2</b>	<b>Lernwerkstatt Badminton</b> – Üben und Festigen der technischen Basisfertigkeiten und Grundschnitte (hoher Aufschlag, Uh-/Ük-Schnitte Clear, Drop, Smash) mittels des KAR - Modells, orientiert am individuellen Trainingsplan ca.18 Stunden
	<b>UV 3</b>	<b>Ein starker Rücken</b> – Rückenschule in Theorie und Praxis ca.10 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 9 Stunden
<b>Q 1.2</b>   <b>21 Wochen</b>	<b>UV 4</b>	<b>Dancing Queen</b> - Reproduzieren, Improvisieren, Erarbeiten und Präsentieren einer selbstständig entwickelten Bewegungskomposition aus dem HipHop oder Musicaldance allein und in der Gruppe ca.20 Stunden
	<b>UV 5</b>	<b>Raus aus der Komfortzone</b> – Erweitern technischer Grundlagen für das Standardspiel Badminton Einzel: Lauftechnik, Rh-Schnitte (Clear und Drop). Erproben und Beurteilen von selbst gestalteten Stationen zur Schulung der Spielfähigkeit. ca.20 Stunden

<b>= 63 Stunden</b>	<b>UV 6</b>	<b>Ultimate Frisbee</b> - Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel. ca.10 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca.3 Stunden
<b>Q 2.1</b>  <b>16 Wochen = 54 Stunden</b>	<b>UV 7</b>	<b>Auf die Bühne, fertig, los!</b> – Entwickeln einer Szene aus dem Tanztheater ca. 20 Stunden
	<b>UV 8</b>	<b>Spielsysteme im Doppel</b> - Verbesserung der taktischen Spielmöglichkeiten im Badminton mit Hilfe einer vergleichenden Analyse unterschiedlicher Spielsysteme. ca.18 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 14 Stunden
<b>Q 2.2</b>  <b>Quartal 3</b>  <b>11 Wochen = 33 Stunden</b>	<b>UV 9</b>	<b>Inspiration durch Objekte</b> – Stab, Hut, Tuch, Stuhl u.a. als Ausgangspunkt für eine ästhetisch-künstlerische Improvisation. Erweiterung und Optimierung der individuellen Gestaltungsfähigkeiten ca.12 Stunden
	<b>UV 10</b>	<b>Wir fordern uns heraus!</b> - Verbesserung der technischen und taktischen Spielhandlungen im Einzel und Doppel unter besonderer Berücksichtigung des Spiels am Netz und der Rh-Grundschläge. ca.8 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 25 Stunden

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

**Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben I:**

**Thema:** „Raummalerei mit Reifen“ – , Variieren, Erarbeiten, Präsentieren und Beurteilen einer Reifengymnastik in Einzel- und Partnerarbeit unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien „Raum“ und „Formaler Aufbau“

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

**Inhaltlicher Kern:** Gymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- 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 **und** Improvisation und Variation von Bewegung

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden, Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen, Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

**Zeitbedarf:** 20 Std.

### **Unterrichtsvorhaben II:**

**Thema:** „Lernwerkstatt Badminton“ – Üben und Festigen der technischen Basisfertigkeiten und Grundschläge (hoher Aufschlag, Uh-/Ük- Schläge Clear, Drop, Smash) mittels des KAR - Modells, orientiert am individuellen Trainingsplan

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

**Inhaltlicher Kern:** Badminton - Partnerspiele

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderli-

chen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

**Inhaltsfelder:** d Leistung – a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Trainingsplanung und Organisation

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- In dem gewählten Partnerschaftsspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch)
- (individualisierte) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

**Zeitbedarf:** 18 Std.

**Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema:** „Ein starker Rücken“ – Rückenschule in Theorie und Praxis

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Formen der Fitnessgymnastik – Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode – Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden

**Inhaltsfeld:** f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Rückenschule

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training 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 geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

**Zeitbedarf:** 10 Std.

## Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben IV :

**Thema:** „Dancing Queen“ – Reproduzieren, Improvisieren, Erarbeiten und Präsentieren einer selbstständig entwickelten Bewegungskomposition aus dem Hip Hop oder Musicals allein und in der Gruppe unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien „Raum“ und „Formaler Aufbau“

**BF/SB:** Gestalten, Tanzen, Darstellen –Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste **Inhaltlicher Kern:** Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können... selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

**Inhaltsfelder:** b: Bewegungsgestaltung – a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Improvisation und Variation von Bewegung

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

**Zeitbedarf:** 20 Std.

### Unterrichtsvorhaben V:

**Thema:** „Raus aus der Komfortzone“ – Erweitern technischer Grundlagen für das Standardspiel Badminton Einzel: Lauftechnik, Rh-Schläge (Clear, Drop). Erproben und Beurteilen von selbst gestalteten Stationen zur Schulung der Spielfähigkeit

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

**Inhaltlicher Kern:** Badminton

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

**Inhaltsfeld:** d: Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Trainingsplanung und -organisation

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:** Die Schülerinnen und Schüler können...

- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen

**Zeitbedarf:** 20 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema: Ultimate Frisbee** – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel

Technik des Werfens und Fangens; Raumaufteilung und Positionen in der Verteidigung; Ultimate Frisbee – Regelwerk

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen

**Inhaltlicher Kern:** Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr institutionalisiert sind - Ultimate Frisbee

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

**Zeitbedarf:** 10 Std.

**Summe Qualifikationsphase I: ca. 108 Stunden (Freiraum ca. 12 Stunden)**

## Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben VI:

**Thema:** „Auf die Bühne, fertig, los!“ – Entwickeln einer Szene aus dem Tanztheater

Improvisieren; Ausdrucksschulung; Gestaltungskriterien „Zeit“, „Dynamik“ und „Formaler Aufbau“; Präsentation in der Gruppe

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

**Inhaltlicher Kern:** Darstellende Bewegungskünste

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- 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.

**Inhaltsfelder:** b: Bewegungsgestaltung – c: Wagnis und Verantwortung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern  
Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

**Zeitbedarf:** 20 Std.

### Unterrichtsvorhaben VII:

**Thema: Spielsysteme im Doppel** – Verbessern der taktischen Spielmöglichkeiten im Badminton mit Hilfe einer vergleichenden Analyse unterschiedlicher Spielsysteme.

Doppeltaktik, Angriffs- und Verteidigungsstellung, Aufschlag und Aufschlagannahme; (Doppel-)Badminton-Regelwerk

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

**Inhaltlicher Kern:** Partnerspiele – Einzel und Doppel – Badminton

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- In dem gewählten Partnerschaftsspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

**Zeitbedarf:** 18 Std.

## Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben IX:**

**Thema: Inspiration durch Objekte** – Stab, Hut, Tuch, Stuhl, Kisten u.a. als Ausgangspunkt für eine ästhetisch-künstlerische Improvisation. Erweiterung und Optimierung der individuellen Gestaltungsmöglichkeiten

Improvisation; Objektspezifische Fertigkeiten; Ausdrucksschulung; alle Gestaltungskriterien; Präsentation als Einzelarbeit

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

**Inhaltlicher Kern:** Tanz, Bewegungskünste

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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:**

Gestaltungskriterien sowie Inspiration und Variation von Bewegung

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern

**Zeitbedarf:** 12 Std.

### **Unterrichtsvorhaben X:**

**Thema: Wir fordern uns heraus!** – Verbesserung der technischen und taktischen Spielhandlungen im Einzel und Doppel unter besonderer Berücksichtigung des Spiels am Netz und der Rückhand-Grundschläge. Spielanalyse mittels Fremdbeobachtung und Selbsteinschätzung.

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

**Inhaltliche Kerne:** Partnerspiele – Einzel und Doppel – Badminton

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- In dem gewählten Partnerschaftsspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden

**Inhaltsfelder:** e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen

**Zeitbedarf:** 8 Std.

**Summe Qualifikationsphase II: ca. 48 Stunden (Freiraum ca. 39 Stunden)**

## Kursprofil 5: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 31f):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- Aerobe Ausdauerfähigkeit
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Bewegung im Wasser - Schwimmen**“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35).

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<b>Q 1.1</b>   <b>19 Wochen = 57 Stunden</b>	UV 1	<b>„Tae Bo – Gesund und fit - Wir verbinden Kampfsport mit Aerobic“</b> – Wiederholung der großen Muskelgruppen der oberen und unteren Extremität, Allgemeines und spezielles Aufwärmen, Merkmale eines funktionalen Trainings, Trainingsprinzipien (Warm-up, High-Impact, Cool-down) ca. 12 Stunden
	UV 2	<b>„Schwimmen – mehr als nur Brustschwimmen –</b> Erlernen bzw. Verbesserung der Schwimmstile Brust, Kraul, Rücken und Delphin als Grundlage für eine wettkampfgerechte Leistung ca.14 Stunden
	UV 3	<b>„Im Wasser spielen – Wasser- Ballspiele“</b> - Von bekannten Landspielen ins Wasser und zum Wasserball, bekannte Spiele ins Wasser verlagern, Regeln umgebungsangepasst verändern, Techniken des Wasserballs, Entscheidungs- und Handlungsmuster beobachten und reflektieren, um ein gelungenes Mit- und Gegeneinander im Spiel zu erreichen. ca.12 Stunden
	Freiraum	ca. 19 Stunden
<b>Q 1.2</b>	UV 4	<b>„Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Kombination mit Armbewegungen, verbinden zum Training von Ausdauer, Kraft und Koordination“</b> – Planung, Erprobung, Präsentation und Bewertung einer Step-Aerobic-Choreographie, ausgewählte koordinative Fähigkeiten mit Hilfe von Step-Aerobic gezielt verbessern. ca.12 Stunden

 <b>21 Wochen = 63 Stunden</b>	<b>UV 5</b>	<b>„Wasserspringen – Finden, Üben und Bewerten von Bewegungslösungen zur Realisation von Wagnissituationen und deren Bewältigung“</b> – Verdeutlichung des Lernprozesses beim Erlernen einer unbekanntem Bewegung, Prinzip der graduellen Annäherung, Entwicklung von Einzelbewegungen und Experimentieren mit Sprungtechniken mit und ohne Anlauf und/oder Armeinsatz, Ordnung und Schwierigkeitsgraden (Fußsprünge, Kopfsprünge...), Bewertung nach selbstentwickelten Bewertungskriterien, Kenntnisse über Sicherheitssprünge (Katze) ca.18 Stunden
	<b>UV 6</b>	<b>„Dauer- vs. Intervallmethode“</b> - Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Schwimmen unter Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuelle erstellter Trainingspläne ca. 14 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca.19 Stunden
<u><b>Q 2.1</b></u>   <b>16 Wochen = 54 Stunden</b>	<b>UV 7</b>	<b>„Touchdown, Shotgun und Co“</b> - Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihrer Anwendung im Zielspiel Flag-football. ca.16 Stunden
	<b>UV 8</b>	<b>„Kreatives Synchronschwimmen“</b> – Präsentation einer Partner- und/oder Kleingruppenkür ca.14 Stunden
	<b>UV 9</b>	<b>„Fit im Wasser - Aquafitness“</b> – Möglichkeiten eines Konzeptes ganzheitlicher Muskelstraffung und Beweglichkeit ca.16 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 8 Stunden
<u><b>Q 2.2</b></u>  <b>Quartal 3</b>  <b>11 Wochen = 33 Stunden</b>	<b>UV 10</b>	<b>„Theraband, Step und Co“</b> - Planung, Durchführung und Evaluation ausgewählter Finesseinheiten mit/ohne Kleingeräten zur Verbesserung der Kraftausdauer ca.16 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 17 Stunden

**Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen**

**Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben I:**

**Thema:** Tae Bo – Gesund und fit“ – Wir verbinden Kampfsport mit Aerobic

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Formen der Fitnessgymnastik – Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung – Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

**Inhaltsfeld:** f – Gesundheit , d - Leistung

#### **Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Leistung – Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Gesundheit – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Gesundheit – Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

**Zeitbedarf:** 12 Std.

### **Unterrichtsvorhaben II:**

**Thema:** „Schwimmen – mehr als nur Brustschwimmen“ – Erlernen bzw. Verbesserung der Schwimmstile Brust, Kraul, Rücken und Delphin als Grundlage für eine wettkampfgerechte Leistung

**BF/SB:** Bewegen im Wasser - Schwimmen

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik

einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen.

- Sportartenspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren.

**Inhaltsfeld:** f – Gesundheit, d – Leistung, a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Unterschiedliche Konzepte motorischen Lernens beschreiben.
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

**Zeitbedarf:** 14 Std.

**Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema:** „Im Wasser spielen - Ballspiele“

**BF/SB:** Bewegen im Wasser - Schwimmen

**Inhaltlicher Kern:** Wasserball und andere Ballspiele im Wasser

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz **Inhaltli-**

**cher Schwerpunkt:**

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

## Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben IV :**

**Thema:** „Ich hör auf mein Herz“ –Schritte auf, über und um den Stepper in Kombination mit Armbewegungen verbinden zum Training von Ausdauer, Kraft und Koordination

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Formen der Fitnessgymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern
- Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen

**Zeitbedarf:** 12 Std.

### **Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema:** „**Wasserspringen**“ – Finden, Üben und Bewerten von Bewegungslösungen zur Realisation von Wagnissituationen und deren Bewältigung

**BF/SB:** Bewegen im Wasser – Schwimmen

**Inhaltlicher Kern:** Wasserspringen in Form normierter und freier Sprünge

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- freie oder normierte Sprünge einzeln und in der Gruppe auswählen und präsentieren

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

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

**Zeitbedarf:** 18 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** „**Dauer- vs. Intervallmethode?**“- Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Schwimmen unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Methoden und individuell erstellter Trainingspläne

**BF/SB:** Bewegen im Wasser - Schwimmen

**Inhaltlicher Kern:** Aerobe Ausdauer in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten.

**Inhaltsfeld:** d – Leistung, f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)  
Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Summe Qualifikationsphase I: ca. 80 Stunden (Freiraum ca. 40 Stunden)**

## Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben VII:**

**Thema:** „Touchdown, Shotgun und Co“ – Erlernen spezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel Flag Football

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

**Inhaltlicher Kern:** Alternative Spiele- und Sportspiel-Varianten (z.B. Flag-Football)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Kooperation und Konkurrenz – Gestaltung von Spiel- und Sportangelegenheiten

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Unterrichtsvorhaben VIII:**

**Thema:** „Kreatives Synchronschwimmen“ – Präsentation einer Partner- und/oder Kleingruppenkür

**BF/SB:** Bewegen im Wasser - Schwimmen

**Inhaltlicher Kern:** Bewegungsstücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren

**Inhaltsfeld:** b – Bewegungsgestaltung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** b - Bewegungsgestaltung - Bewegungskriterien

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

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

**Zeitbedarf:** 14 Std.

**Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr**

## **Unterrichtsvorhaben IX:**

**Thema „Fit im Wasser“ – Aquafitness**

### **BF/SB:**

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

### **Inhaltlicher Kern:**

Bewegungsgestaltung (b)

Gesundheit (f)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen
- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

**Inhaltsfeld:** Bewegungsgestaltung (b)

Gesundheit (f)

### **Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

**Zeitbedarf:** 10 Std.

### **Unterrichtsvorhaben X:**

**Thema:** „Theraband, Step und Co“- Erprobung Planung, Durchführung und Evaluation ausgewählter Fitnessseinheiten mit/ohne Kleingeräten zur Verbesserung der Kraftausdauer

#### **BF/SB:**

- Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

#### **Inhaltliche Kerne:**

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen
- Die Schülerinnen und Schüler können funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden

**Inhaltsfeld:** f - Gesundheit

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- gesundheitsfördernde und gesundheitschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen

**Zeitbedarf:** 12 Std.

**Summe Qualifikationsphase II: ca. 48 Stunden (Freiraum ca. 39 Stunden)**

### **2.1.3 Qualifikationsphase im Leistungskurs**

Am Albert-Schweitzer-Geschwister-Scholl Gymnasium gibt es in der Qualifikationsphase einen Leistungskurs mit festgelegtem Profil. 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.“ (KLP NRW S. 30)

Konkretisiert bedeutet dies, dass der Leistungskurs die Profilsportarten Leichtathletik (BF/SB 3) und Volleyball (BF/SB 7) realisiert.

### **Bewegungsfelder/Sportbereiche**

**BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik** in UV1, UV2, UV3, UV5, UV7, UV9, UV13

und

**BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)** in UV1, UV4, UV6, UV8, UV12

mit den (ausgewählten) verbindlichen Kompetenzerwartungen (BWK)

#### **BF/SB 3:**

##### Inhaltliche Kerne:

- **BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß**
- **BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)**
- BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

##### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren
- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf- (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

#### **BF/SB 7:**

##### Inhaltliche Kerne:

- **BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)**
- BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Varianten, Beach-Volleyball, Flag-Football)

- BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden**
- **in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen**
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

**Inhaltsfelder (IF)**

**alle IF vertieft** mit **allen** inhaltlichen Schwerpunkten (SK,MK,UK), siehe dazu die folgend angefügte Übersicht.

## chronologische Übersicht über die Unterrichtsvorhaben des LK Sport – Abitur 2024 und 2025

Halbjahr	laufendes UV	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
		BF/SB BWK	If SK/MK/UK	
Q1.1	UV1	3.4	IF: c (d) SK c2 / MK c1 / UK c1	<p>„Sport ist Mord?!“ – Den Sportbegriff und vielfältige Motive des Sporttreibens am Bsp. der Schwerpunktsportart Leichtathletik und Volleyball kennenlernen, verstehen und erfahren.</p> <p>(Sportbegriff, Sportmodelle, Sinnrichtungen, pädagogische Perspektive, konstitutive Elemente des Sports, Motive und Motivation des Sporttreibens, leistungsmotiviertes Handeln, Leistungsmotivation nach Heckhausen, Motive im Sport (Gabler), verschiedene Formen des Ausdauertrainings)</p> <p><i>Zeitbedarf: ca. 8 Stunden</i></p>
	UV 2	3.3 (4.2 und 8.3)	IF: d SK d1, d2 / MK d1, d2, f1 / UK d2	<p>„Laufen ohne zu schnaufen“ – Vielfältige Trainingsmöglichkeiten verschiedener Ausdauererscheinungsformen an den Schwerpunktbeispielen Leichtathletik und Schwimmen erfahren, begreifen und anwenden und gesundheitliche Aspekte des Ausdauersports, insbesondere erwartete Anpassungen des Körpers auf Ausdauertrainingsreize durch unterschiedliche Trainingsmethoden kennen und einschätzen lernen unter besonderer Berücksichtigung leistungsdiagnostischer Verfahren</p> <p>(5000m-Lauf, 800m Schwimmen, Trainingsprinzipien / -methoden und -formen im Ausdauerbereich, konditionelle Fähigkeiten, Geländelauf, Dauer- und Intervallmethode, Wettkampfmethode, Ausdauerformen, Aufbau und Funktionsweise des HKS, Anpassungen der menschlichen Physiologie, Energiebereitstellung, Verfahren zur Leistungsdiagnostik (z.B. Conconitest), Reaktionen und Anpassungserscheinungen des HKS und der Muskulatur durch aerobes Ausdauertraining)</p> <p><i>Zeitbedarf: ca. 28 Stunden</i></p>
	UV 3			<p>„Trapezius, Latissimus und Co.“ – Aufbau und Arbeitsweise Skelettmuskulatur und deren Anpassung an sportliches Training</p> <p>(Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise der Muskeln und des Bewegungsapparates))</p> <p><i>Zeitbedarf: ca. 14 Stunden</i></p>
	UV 4	7.1 7.2	IF: d SK d1, d2 / MK d2 / UK d1, d2	<p>„Vom 2-2 über das 3-3 zum 4-4“ – Kleingruppenbasierte Wiederholung, Vertiefung und Reflexion volleyballspezifischer Spiel- und Übungsformen unter Einbeziehung des KAR-Modells.</p> <p>(Spielnahe Wiederholung und Vertiefung der Grundtechniken oberes Zuspiel, unteres Zuspiel, Aufschlag von unten/oben, Steigerung der Anforderungskomplexität vom 2-2 zum 4-4, Spiel mit- und gegeneinander, Individualtaktik vs. Mannschaftstaktik, Powervolleyball, Regelsystematik nach Digel, Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen, Fairness im Sport, KAR-Modell (If c, d))</p> <p><i>Zeitbedarf: ca. 20 Stunden</i></p>
Q1.2	UV 5	3.4	IF: f SK f1, f2 / MK f1 / UK f1	<p>„Über Stock und über Stein“ –Walking/Nordic Walking und Schwimmen als gesundheitsorientierte Alternativen zum Jogging oder sportlichen Gehen unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gesundheitsmodelle</p>

				<p>(Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell, Gesundheitsbegriff, gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren, zielgerichtetes Training der aeroben Ausdauer)</p> <p><b>Zeitbedarf: ca. 12 Stunden</b></p>
<b>UV 6</b>	7.1	<p>IF: a SK a2 / MK a1 / UK a1 IF: C SK c2 / UK c1</p>	<p>„Unter Beobachtung!“ – Verbesserung der gruppentaktischen Spielhandlungen im Volleyball und der Partnersportart Badminton durch die selbstständige Erarbeitung und den Einsatz von Technik-, Spielbeobachtungsbögen und Videoanalysen unter besonderer Berücksichtigung der koordinativen Anforderungen (Neumaier) vor dem Hintergrund des Flow-Erlebens.</p> <p>(Informationskanäle / Analysatoren, morphologische Bewegungsanalyse (nach Meinel), Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit, Beobachtungsbögen, Spielbeobachtung, Videoanalyse; Volleyballtechniken, Badminton-techniken)</p> <p><b>Zeitbedarf: ca. 24 Stunden</b></p>	
<b>UV 7</b>	3.2	<p>IF: e MK e2 IF: a SK a3 / UK a1</p>	<p>„Laufen, springen, werfen“ – Einen Mehrkampf in der Leichtathletik (5000m-Lauf, 100m- / 200m-Sprint / 400m-Lauf, Diskus / Kugel / Speer und Weitsprung / Hochsprung) unter Berücksichtigung biomechanischer Grundlagen sowie der Phaseneinteilung leichtathletischer Disziplinen anhand von Beobachtungsbögen durchführen und analysieren und unter Berücksichtigung der Dopingproblematik beurteilen</p> <p>(Lernphasen und Phasenanalyse nach Meinel / Schnabel, Theorie der generalisierten motorischen Programme (nach R.A. Schmidt), Biomechanische Prinzipien nach Hochmuth, leichtathletische Disziplinen aus den Bereichen Sprint, Sprung, Wurf/ Stoß, Lauf, Training aerober und anaerober Ausdauer, Beeinflussung der Leistungsfähigkeit durch Doping: Dopingmaßnahmen in Ausdauer und Kraftsportarten)</p> <p><b>Zeitbedarf: ca. 32 Stunden</b></p>	

Halb-jahr	laufen-des UV	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
		BF/SB BWK	If SK/MK/UK	
Q2.1	UV 8	7.3	IF: e (a) SK e1, e3 / MK e1, e2 / (UK a1)	Entwicklung und Erprobung von alternativen und freizeitrelevanten Sportspielvarianten anhand von unterschiedlichen Vermittlungsmodellen unter besonderer Berücksichtigung der Variante Beachvolleyball im Vergleich zur Spielform 6:6 (Taktik-Spiel-Modell, Genetisches Lernen und Lehren in den Sportspielen (nach Loibl)) <i>Zeitbedarf: ca. 21 Stunden</i>
	UV 9	3.1	IF: a SK a1, a2 / MKa1 / UK a1	methodische Möglichkeiten des Erlernens leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung der bisher nicht durchgeführten Disziplin 110m Hürdensprint und wiederholend Speerwurf erproben sowie die durchgeführten Disziplinen auf Grundlage gesundheitsrelevanter Theorien beurteilen (Teillernmethode, Ganzheitsmethode, Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Vereinfachungsstrategien nach Roth, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien), Lernphasen (Meinel / Schnabel), Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell) <i>Zeitbedarf: ca. 24 Stunden</i>
	UV 10	7.4	IF: e SK e1, e2 / UK e1 IF: f UK f1	„Stack, Line-Up und Co/Down, Set, Hut“ – Ultimate Frisbee/Flag Football organisieren, durchführen und in Hinsicht auf Fair Play Erziehung im Sportunterricht beurteilen. (Fairnessbegriff, internationale Sportorganisationen (Aufgaben, Statuten, Werte am Beispiel des IOC), Fundamentale Prinzipien des Olympismus (Coubertin)) <i>Zeitbedarf: ca. 8 Stunden</i>
Q2.2	UV 11	6.5	IF: b SK b1 / Mk b1 / UK b1 IF: c SK c1 / MK c1	Entwicklung und Bewertung eines Rollenspiels nach Gestaltungskriterien zur Verdeutlichung von Angst und Stress im Sport mit Hilfe einer Vorbereitung, Durchführung und Reflexion einer Kampf-/Stunt-/Judo-Show. (Gestaltungskriterien, Improvisation und Variation von Bewegung, Variation von Bewegungen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations- / Gleichgewichtsanforderungen und Druckbedingungen (KAR-Modell nach Neumaier) <i>Zeitbedarf: ca. 18 Stunden</i>
	UV 12	7.2	IF: e SK e1 / MK e1, e2 / UK e1	Volleyball: taktisch klug und dennoch fair im Spiel 6 gegen 6 (Fair Play, Fairness, Wettkampfvorbereitung, Regeln im Sport (Systematik nach Digel), Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen) <i>Zeitbedarf: ca. 26 Stunden</i>
	UV 13	3.5	IF: a SK a3	„Wälzer, Flop und Co“ – Erprobung und Vergleich historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter besonderer Berücksichtigung biomechanischer Aspekte und des Bewegungslernens

			IF: b SK b1 / MK b1	(Sprungtechniken, Schersprung, Bauchwalzer, Fosbury Flop, antike und moderne leichtathletische Disziplinen im Vergleich, biomechanische Prinzipien, morphologische Bewegungsanalyse nach Meinel) <i>Zeitbedarf: ca. 16 Stunden</i>
--	--	--	---------------------------	--

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 2	Laufende Nummer des UV: 1
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
<b>Inhaltsfelder</b> Wagnis und Verantwortung (c) Leistung (d)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

**Thema des UV:**

„Sport ist Mord?!“ – Den Sportbegriff und vielfältige Motive des Sporttreibens am Bsp. der Schwerpunktsportart Leichtathletik und Volleyball kennenlernen, verstehen und erfahren.

(Sportbegriff, Sportmodelle, Sinnrichtungen, pädagogische Perspektive, konstitutive Elemente des Sports, Motive und Motivation des Sporttreibens, leistungsmotiviertes Handeln, Leistungsmotivation nach Heckhausen, Motive im Sport (Gabler), verschiedene Formen des Ausdauertrainings)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

- .
- .

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

- .

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden.

- .
- .

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:28	Vernetzung mit UV: 7	Laufende Nummer des UV: 2
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
<b>Inhaltsfelder</b> Leistung (d)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Leistung - Verfahren zur Leistungsdiagnostik (d)	

**Thema des UV:**

*„Laufen ohne zu schnaufen“ – Vielfältige Trainingsmöglichkeiten verschiedener Ausdauererscheinungsformen an den Schwerpunktbeispielen Leichtathletik und Schwimmen erfahren, begreifen und anwenden und gesundheitliche Aspekte des Ausdauersports, insbesondere erwartete Anpassungen des Körpers auf Ausdauertrainingsreize durch unterschiedliche Trainingsmethoden kennen und einschätzen lernen unter besonderer Berücksichtigung leistungsdiagnostischer Verfahren*

(5000m-Lauf, 800m Schwimmen, Trainingsprinzipien / -methoden und –formen im Ausdauerbereich, konditionelle Fähigkeiten, Geländelauf, Dauermethode, Intervallmethode, Wettkampfmethode, Ausdauerformen, Aufbau und Funktionsweise des HKS, Anpassungen der menschlichen Physiologie, Energiebereitstellung, Verfahren zur Leistungsdiagnostik (z.B. Conconitest), Reaktionen und Anpassungserscheinungen des HKS und der Muskulatur durch aerobes Ausdauertraining)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)
- LK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse optimieren und in einer Schwimmtart mindestens 800m unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit zurücklegen
- LK BWK 8.3: Die Schülerinnen und Schüler können eine sportartspezifisch festgelegte Lang- und Kurzstrecke in einer bestimmten Zeit unter wett-kampfnahen Bedingungen absolvieren

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern
- LK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- LK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- LK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV: 14	Vernetzung mit UV: 5,7	Laufende Nummer des UV: 3
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß .	
<b>Inhaltsfelder</b> Leistung (d) Gesundheit (f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

**Thema des UV:**

„Trapezius, Latissimus und Co.“ – Aufbau und Arbeitsweise Skelettmuskulatur und deren Anpassung an sportliches Training

(Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise der Muskeln und des Bewegungsapparates))

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- LK SK f.2: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen
- LK UK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten

<b>Jahrgangsstufe: Q1.1</b>	<b>Dauer des UV: 20</b>	<b>Vernetzung mit UV: 6, 7, 12</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 4</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Leistung (d)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

### **Thema des UV:**

„Vom 2-2 über das 3-3 zum 4-4“ – Kleingruppenbasierte Wiederholung, Vertiefung und Reflexion volleyballspezifischer Spiel- und Übungsformen unter Einbeziehung des KAR-Modells.

(Spielnahe Wiederholung und Vertiefung der Grundtechniken oberes Zuspiel, unteres Zuspiel, Aufschlag von unten/oben, Steigerung der Anforderungskomplexität vom 2-2 zum 4-4, Spiel mit- und gegeneinander, Individualtaktik vs. Mannschaftstaktik, Powervolleyball, Regelsystematik nach Digel, Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen, Fairness im Sport, KAR-Modell (If c, d))

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- LK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- LK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

#### **Sachkompetenz (SK):**

- LK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern
- LK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

### **Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/kordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen
- LK UK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV: 2,3	Laufende Nummer des UV: 5
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken .	
<b>Inhaltsfelder</b> Gesundheit (f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

**Thema des UV:**

„Über Stock und über Stein“ –Walking/Nordic Walking und Schwimmen als gesundheitsorientierte Alternativen zum Jogging oder sportlichen Gehen unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gesundheitsmodelle

(Risikofaktorenmodell, Salutogenesmodell, Gesundheitsbegriff, gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren, zielgerichtetes Training der aeroben Ausdauer)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern
- LK SK f.2: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UV: 24	Vernetzung mit UV: 4, 12	Laufende Nummer des UV: 6
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

**Thema des UV:**

„Unter Beobachtung!“ – Verbesserung der gruppentaktischen Spielhandlungen im Volleyball und der Partnersportart Badminton durch die selbstständige Erarbeitung und den Einsatz von Technik-, Spielbeobachtungsbögen und Videoanalysen unter besonderer Berücksichtigung der koordinativen Anforderungen (Neumaier) vor dem Hintergrund des Flow-Erlebens.

(Informationskanäle / Analysatoren, morphologische Bewegungsanalyse (nach Meinel), Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit, Beobachtungsbögen, Spielbeobachtung, Videoanalyse; Volleyballtechniken, Badmintontechniken)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- LK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- LK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen
- LK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2</b>	<b>Dauer des UV: 32</b>	<b>Vernetzung mit UV: 2, 3, 9, 13</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 7</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß . .	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Formen der Steuerung und Manipulation im Sport (e) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

### **Thema des UV:**

„Laufen, springen, werfen“ – Einen Mehrkampf in der Leichtathletik (5000m-Lauf, 100m- / 200m-Sprint / 400m-Lauf, Diskus / Kugel / Speer und Weitsprung / Hochsprung) unter Berücksichtigung biomechanischer Grundlagen sowie der Phaseneinteilung leichtathletischer Disziplinen anhand von Beobachtungsbögen durchführen und analysieren und unter Berücksichtigung der Dopingproblematik beurteilen

(Lernphasen und Phasenanalyse nach Meinel / Schnabel, Theorie der generalisierten motorischen Programme (nach R.A. Schmidt), Biomechanische Prinzipien nach Hochmuth, leichtathletische Disziplinen aus den Bereichen Sprint, Sprung, Wurf/ Stoß, Lauf, Training aerober und anaerober Ausdauer, Beeinflussung der Leistungsfähigkeit durch Doping: Dopingmaßnahmen in Ausdauer und Kraftsportarten)

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- LK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

#### **Sachkompetenz (SK):**

- LK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische WettkampfregeIn erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

<b>Jahrgangsstufe: Q1.2/Q2.1</b>	<b>Dauer des UV: 21</b>	<b>Vernetzung mit UV: 4, 6, 12</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 8</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Spielvermittlungsmodelle (e) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

**Thema des UV:**

*Entwicklung und Erprobung von alternativen und freizeitrelevanten Sportspielvarianten anhand von unterschiedlichen Vermittlungsmodellen unter besonderer Berücksichtigung der Variante Beachvolleyball im Vergleich zur Spielform 6:6*

(Taktik-Spiel-Modell, Genetisches Lernen und Lehren in den Sportspielen (nach Loibl))

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 7.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- LK SK e.3: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen
- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

<b>Jahrgangsstufe: Q2.1</b>	<b>Dauer des UV: 24</b>	<b>Vernetzung mit UV: 3, 7, 13</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 9</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)	

### **Thema des UV:**

*methodische Möglichkeiten des Erlernens leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung der bisher nicht durchgeführten Disziplin 110m Hürdensprint und wiederholend Speerwurf erproben sowie die durchgeführten Disziplinen auf Grundlage gesundheitsrelevanter Theorien beurteilen*  
(Teillernmethode, Ganzheitsmethode, Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Vereinfachungsstrategien nach Roth, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien), Lernphasen (Meinel / Schnabel), Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, Risikofaktorenmodell, Salutogenese-Modell)

### **Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

#### **BWK:**

- LK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

#### **Sachkompetenz (SK):**

- LK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- LK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

#### **Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

#### **Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 7, 8	Laufende Nummer des UV: 10
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) BF/SB 7: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiacca, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e) Gesundheit (f)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Gesundheit - Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport (f)	

**Thema des UV:**

„Stack, Line-Up und Co/Down, Set, Hut“ – Ultimate Frisbee/Flag Football organisieren, durchführen und in Hinsicht auf Fair Play Erziehung im Sportunterricht beurteilen.

(Fairnessbegriff, internationale Sportorganisationen (Aufgaben, Statuten, Werte am Beispiel des IOC), Fundamentale Prinzipien des Olympismus (Coubertin))

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- LK SK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

- LK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UV: 18	Vernetzung mit UV: 6, 10	Laufende Nummer des UV: 11
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) .		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 6: Tanz .	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsgestaltung (b) Wagnis und Verantwortung (c)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)	

**Thema des UV:**

*Entwicklung und Bewertung eines Rollenspiels nach Gestaltungskriterien zur Verdeutlichung von Angst und Stress im Sport mit Hilfe einer Vorbereitung, Durchführung und Reflexion einer Kampf-/Stunt-/Judo-Show.*

(Gestaltungskriterien, Improvisation und Variation von Bewegung, Variation von Bewegungen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations- / Gleichgewichtsanforderungen und Druckbedingungen (KAR-Modell nach Neumaier)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 6.5: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- LK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten).
- LK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden.

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<b>Jahrgangsstufe: Q2.2</b>	<b>Dauer des UV: 26</b>	<b>Vernetzung mit UV: 4, 6, 8</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 12</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<b>Inhaltsfelder</b> Kooperation und Konkurrenz (e)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

**Thema des UV:**

*Volleyball: taktisch klug und dennoch fair im Spiel 6 gegen 6*

(Fair Play, Fairness, Wettkampfvorbereitung, Regeln im Sport (Systematik nach Digel), Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfvorhalten bewältigen

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen
- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

<b>Jahrgangsstufe: Q2.2</b>	<b>Dauer des UV: 16</b>	<b>Vernetzung mit UV: 2, 3, 7, 9</b>	<b>Laufende Nummer des UV: 13</b>
<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		<b>Inhaltliche Kerne</b> BF/SB 3: historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
<b>Inhaltsfelder</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b> Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

**Thema des UV:**

„Wälzer, Flop und Co“ – Erprobung und Vergleich historischer Hochsprungvarianten in einem Hochsprungmehrkampf unter besonderer Berücksichtigung biomechanischer Aspekte und des Bewegungslernens

(Sprungtechniken, Schersprung, Bauchwälzer, Fosbury Flop, antike und moderne leichtathletische Disziplinen im Vergleich, biomechanische Prinzipien, morphologische Bewegungsanalyse nach Meinel)

**Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

**BWK:**

- LK BWK 3.5: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

**Sachkompetenz (SK):**

- LK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

**Methodenkompetenz (MK):**

- LK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

**Urteilskompetenz (UK):**

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen



## 2.1.4 Beispiele für konkretisierte Unterrichtsvorhaben

### 1. Beispiel: Qualifikationsphase Grundkurs (Kursprofil 3)

#### Unterrichtsvorhaben XI:

**Thema:** „Vom 3-3 zum 4-4“ – Überprüfung, Schulung, und Festigung der Basisfähig- und Fertigkeiten in spielnahen Spiel- und Übungsformen

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele: Volleyball

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiel Volleyball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Kooperation und Konkurrenz – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
  - individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

**Zeitbedarf:** ca. 18 Std.

#### Themen der Unterrichtseinheiten

Nr.	Themen der Unterrichtseinheiten (je eine Doppelstunde)
1	„Das Volleyball-ABC“ – Wiederholung der volleyballspezifischen Techniken in einem Stationenbetrieb mit abschließender Beurteilung der eigenen volleyballspezifischen Fähigkeiten als gemeinsame. <sup>2</sup>
2	„Eigenständiges Wiederholen und Üben von Volleyballtechniken“ – Verbessern und Erweitern der eigenen Volleyballfähigkeiten mit Hilfe einer Sammlung von spielnahen Übungen und Aufgaben zum Pritschen, Baggern, zielgerichtetes Zuspiel, Angabe von unten/oben und ggfs. Drive-/Schmetterschlag

<sup>2</sup> In dieser Stunde wird auch eine gemeinsame Zielvereinbarung für den Verlauf der nächsten Stunden getroffen. Welche Techniken müssen explizit wiederholt werden?

3	„Jetzt spielen wir 3 mit 3!“ – Vom 3 mit 3 zum 3 gegen 3. Einüben der volleyballspezifischen Techniken vom 3 mit 3 zum 3 gegen 3. <sup>3</sup>
4	„Auf geht's zum Angriff“ – Der Drive- und/oder Schmetterschlag im Stationenlernen selbstständig erarbeiten und im 3-3+1 anwenden.
5	„Genauigkeit ist Alles“ – Einüben des Drive- und/oder Schmetterschlages im 3–3+1 durch spielnahe und bewegungsintensive Übungsformen.
6	„Aus 3 mach 4“ – Anpassen der Aufstellung im Spiel 4 gegen 4 und Anpassen der Regeln sowie Aufstellungen an die volleyballspezifischen Fertigkeiten des Kurses.
7	„Not in my House“ – Erlernen des Einerblocks als probates Mittel der Abwehr. <sup>4</sup>
8	„Aus der Puste“ – Einüben der erarbeiteten Techniken im Powervolleyball
9	„Jetzt geht es um die Wurst“ – Präsentation der Spielfertigkeiten in einem Volleyballturnier.

## 2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich einer Grundhaltung, die von Freundlichkeit, Respekt und gegenseitiger Wertschätzung aller Beteiligten geprägt ist.

Unsere Schule und so auch die Fachkonferenz Sport bekennen sich zu den Kriterien einer guten Schule und guten Unterrichts, wie sie im Referenzrahmen für Schulqualität entfaltet werden. Dabei sind insbesondere die Qualitätsaussagen im Inhaltsbereich *Lehren und Lernen* für die Gestaltung des Unterrichts in allen Fächern unserer Schule leitend. Um diesen Ansprüchen auch im Sportunterricht gerecht werden zu können, orientieren wir uns an den u.a. dort formulierten Merkmalen kompetenzorientierten Unterrichts, welche nach den fachspezifischen Grundsätzen weiter ausgeführt werden.

In Absprache mit der Lehrerkonferenz sowie unter Berücksichtigung des Schulprogramms hat die Fachkonferenz des ASGSG Marl die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen. In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 auf fächerübergreifende Aspekte, die auch Gegenstand der Qualitätsanalyse sind, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

### Überfachliche Grundsätze:

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.

<sup>3</sup> Durch die Reduktion auf die portugiesischen Regeln und der Wiederholung des Rotationsprinzips werden die SuS auf das regelgerechte Volleyballspielen vorbereitet.

<sup>4</sup> Durch den Block wird den SuS bewusst, dass vor Allem abprallende Bälle zusehends durch eine neue Positionierung der Abwehr aufgefangen werden müssen. Hierdurch erfolgt eine weitere Zielvereinbarung.

- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

### *fachliche Grundsätze:*

Der Sportunterricht am ASGSG Marl folgt den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der Kompetenzorientierung geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen individualisierte Lernarrangements geschaffen, die auf der Diagnose der Lernausgangslage basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der reflektierten Praxis auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs wird im Sportunterricht in der Regel eine Praxis-Theorie-Verknüpfung angestrebt, die durch einzelne Theoriestunden ergänzt wird.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie gehören im Leistungskurs zum festen Bestandteil des Unterrichts. Im Grundkurs werden sie gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

### *Merkmale kompetenzorientierten Unterrichts im Fach Sport:*

#### *Stärkenorientierung*

„Alle unsere Schüler\*innen können etwas, niemand kann alles und keiner kann nichts.“<sup>5</sup>

- In der Unterrichtsgestaltung steht nicht die Aufarbeitung möglicher Defizite im Fokus, sondern es gilt an bereits vorhandene und verfügbare Ressourcen und Stärken anzuknüpfen und diese auszubauen.
- Wir ermöglichen Selbstwirksamkeitserlebnisse und -erfahrungen, die wiederum die Motivation fördern sowie das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl positiv beeinflussen.
- „Aus Fehlern lernt man“ – Beim Erarbeiten und Üben bieten fehlerhafte Arbeitsergebnisse willkommene Lernanlässe und fördern den Erkenntnisgewinn aller Beteiligten.

#### *Individualisierung*

- Durch geeignete diagnostische Maßnahmen ermitteln wir Lernstände und Lernvoraussetzungen möglichst präzise, z.B. mit kriteriengeleiteten Beobachtungen, motorischen Tests, Fremd- und Selbsteinschätzungsbögen, diagnostischen Gesprächen (auch zur Einschätzung von Lernhintergründen) und ggf. Förderplänen.
- Darauf aufbauend gestalten wir – im Hinblick auf konkretisierte Lernziele, Lernzeiten und Lernwege – passgenau differenzierte Lernangebote, z.B. in Form von Stationenlernen (um unterschiedliche Lernwege und/oder -zeiten zu ermöglichen), Lerntheken, Einsatz von Hilfekarten, differenzierter GA und ziel- und methodendifferenzierter Partnerarbeit.

#### *Selbststeuerung*

- Unsere Schüler\*innen werden zunehmend in Entscheidungen und die Gestaltung ihrer Lernprozesse eingebunden. Sie sollen ihre konkreten (Teil-)Lernziele sowie individuell sinnvolle Lernwege und Lernzeiten angemessen mitbestimmen und nutzen.
- Wir vermitteln unseren Schüler\*innen geeignete Lernstrategien, die sie im Wissen um ihre eigenen Stärken systematisch für ihr Lernen nutzen und weiterentwickeln.

---

<sup>5</sup> nach Jan-Hendrik Olbertz, Erziehungswissenschaftler und Präsident der Humboldt-Universität Berlin; Beitrag in der FAZ vom 14.05.2009

- Wir entwickeln gemeinsam Kriterien und bieten geeignete Diagnoseinstrumente, damit unsere Schüler\*innen ihren Lernstand und ihren Lernerfolg selbständig erkennen können.

### *Problemorientierung*

- Unser Sportunterricht ist geprägt von der Auseinandersetzung unserer Schüler\*innen mit sinnhaften und herausfordernden Problem- oder Fragestellungen, deren Ausgangspunkt sich an der Lebenswelt der Schüler\*innen orientiert.
- Die damit verbundenen sportlichen Anforderungen sind möglichst passgenau und sachgerecht, d.h. sie sind überschaubar und zu bewältigen, stellen aber dennoch eine Herausforderung dar.
- Der Aufforderungscharakter der Aufgabe motiviert die Schüler\*innen oder macht sie neugierig, weil sie darin Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer eigenen Bewegungspraxis erkennen können.

Sportunterricht hat das Ziel, eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport systematisch zu entwickeln und zu fördern. Die vor diesem Hintergrund im Kernlehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen stellen die beobachtbaren fachlichen Anforderungen und überprüfbaren Lernergebnisse dar, die im Sportunterricht unserer Schule vollständig und umfassend angebahnt und entwickelt werden.

Pädagogisch leitend ist für die Fachkonferenz dabei der in den Rahmenvorgaben für den Schulsport formulierte Doppelauftrag für den Schulsport: Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Auf Basis der Inhaltsfelder, Bewegungsfeldern und Sportbereichen sowie den daraus resultierenden Kompetenzerwartungen folgen wir somit den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts.



## *Mehrperspektivität*

Unter den Inhaltsfeldern thematisieren wir unter Anlehnung an die inhaltlichen Dimensionen der ehemals sechs Pädagogischen Perspektiven in unserem Sportunterricht unterschiedliche Sinngestaltungen sportlicher Aktivitäten.

Wir bieten unseren Schüler\*innen in unserem Sportunterricht vielfältige Möglichkeiten, ...

- ...unterschiedliche Sinngestaltungen im sportlichen Handeln über die Pädagogischen Perspektiven zu erleben, damit sie unterschiedliche Zugänge zu sportlichem Handeln reflektieren und auch mögliche Ambivalenzen erkennen und deuten können,
- unterschiedliche oder auch konkurrierende Blickrichtungen auf ein und denselben Sportbereich (z.B. Inhaltsfeld Gesundheit und / oder Leistung im Bereich Ausdauer) zu erleben, damit sie erfahren und reflektieren können, wie das Erleben von Bewegung, Spiel und Sport durch unterschiedliche Sinngestaltungen und Zielsetzungen verändert werden kann,
- die in sportlichen Tätigkeiten liegenden Ambivalenzen (z.B. Körperbilder, Fitnessideale) zu thematisieren, damit mögliche Widersprüchlichkeiten zwischen der Sinn-Suche der Heranwachsenden und der Zielvorstellung der Lehrer\*innen, zwischen Gegenwartserfüllung und Zukunftsorientierung reflektiert werden können und
- Bewegungsfreude im sportlichen Handeln zu erfahren, damit sportliche Aktivität vielfältig positiv erlebt und sinnerfülltes Sporttreiben als Möglichkeit zur Steigerung der eigenen Lebensqualität und des eigenen Wohlbefindens – auch über die Schulzeit hinaus – nachhaltig angebahnt werden kann.

## **Reflexion**

Unser Sportunterricht strebt einen möglichst hohen Anteil aktiver Bewegungslernzeit an. Dies impliziert zahlreiche und vielfältige Situationen, ...

- ...Bewegungserleben zu reflektieren, damit Bewegungserfahrungen – im Sinne reflektierter Praxis – ausgetauscht, bewusst gemacht und systematisch aufgearbeitet werden können,
- sowohl retrospektiv – nachdenkend auf sportliches Handeln zurückzuschauend – als auch prospektiv – vordenkend sportliches Handeln entwerfend – oder auch introspektiv – mitdenkend eine aktuell erlebte Praxis aufmerksam bewusst machend – damit das „Reflektieren“ und das „Praktizieren“ stets eng miteinander verbunden sind,
- fachliche Kenntnisse und Zusammenhänge im konkret erlebten Bewegungshandeln zu entdecken, dorthin wieder zurückzuführen und für die eigene Bewegungspraxis zu nutzen, damit die sportliche Handlungsfähigkeit systematisch und gezielt entwickelt werden kann und
- im konkret erlebten sportlichen Handeln entstandene Lernanlässe oder Frage- und Problemstellungen zu thematisieren, damit Schüler\*innen die erfahrene Sportwirklichkeit deuten können und auch erkennen, dass die Bewegungs-

Spiel- und Sportkultur veränderbar ist, d. h. auch grundsätzlich anders sein und gestaltet werden kann.

### **Partizipation und Verständigung**

Grundlegend für unseren Sportunterricht ist die umfassende und gleichberechtigte Teilhabe aller Schüler\*innen unserer Schule.

Dabei ist uns sehr wichtig, dass ...

- wir ausgehend von den vielfältigen, individuellen Dispositionen und Vorerfahrungen, unterschiedliche und differenzierte Bewegungs- und Lernangebote für alle Schüler\*innen gestalten, damit sowohl sportlich leistungsstärkere als auch leistungsschwächere, bewegungsfreudige als auch eher bewegungsunwillige Schüler\*innen gemäß ihrer individuellen Potenziale gefördert werden können,
- wir die Vorgaben des Lehrplans und unsere Leistungserwartungen mit den Vorstellungen und Erwartungen unserer Schüler\*innen im Rahmen unseres Gestaltungsspielraumes transparent zusammenführen, damit Unterricht zielorientiert geplant und gemeinschaftlich inszeniert werden kann und
- wir Anforderungen und Aufgabenstellungen mit kooperativen Arbeitsformen verbinden, damit Schüler\*innen viel Raum zum selbstständigen und selbstgesteuerten Arbeiten finden können.

Die Fachkonferenz Sport hat sich im Sinne der Qualitätsentwicklung und -sicherung dazu entschieden, gemeinsam erarbeitete grundlegende didaktische und methodische Entscheidungen sowie die Vereinbarungen zur Leistungsbewertung zu jedem Unterrichtsvorhaben auf den Rückseiten der UV-Karten darzustellen.

## **2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung**

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:**

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen.

Das Fach Sport ist am ASGSG als 2. Fach der Abiturprüfung wählbar. Alle Sportkurse in der Einführungsphase bieten für die Schüler\*innen die Möglichkeit, sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben. Die in der Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen - insbesondere auch in den Klausuren - eng zusammen.

Für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die eine 2.-Fach-Prüfung anstreben, werden zusätzlich zu den 2 Klausuren pro Halbjahr mindestens eine ergänzende fachpraktische Prüfung angestrebt. Ergänzend wird in jedem Halbjahr der Qualifikationsphase eine Ausdauerleistung (5000m Lauf) erbracht. Die Bewertung orientiert sich dabei an den fachspezifischen Bewertungsgrundlagen des Landes NRW.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz neben dem Leistungskurs unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

#### Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

##### **A. 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

##### **B. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:**

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

##### Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
  - *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit) bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
  4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

##### Konkretisierung zu 3 und 4:

- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen<sup>6</sup> bewertet.*
- Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden
- Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.

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

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

---

<sup>6</sup> s. Teil C

### **3 Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen**

#### **Projektkurs**

Die Fachgruppe Sport beabsichtigt in der näheren Zukunft auch einen Projektkurs einzurichten (s.a. Kapitel 4). Von der Konzeption her soll in diesem Kurs auch fächerübergreifend gearbeitet werden. Ggf. erfolgt sogar eine enge Kooperation mit einem zweiten Fach, wobei aber das Fach Sport Leitfach bleibt. Nähere Abstimmungen dazu werden in der näheren Zukunft erarbeitet.

### **4 Qualitätssicherung und Evaluation**

#### Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am ASGSG soll der Unterricht zukünftig regelmäßig evaluiert werden. Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

#### Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dieses beinhaltet auch neue Kursprofile, sowie ggf. die Einrichtung von Projektkursen.