

Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe II des Freiherr-vom-Stein Gymnasiums Münster

Inhalt

1. Sportstätten der Schule	2
2. Im Umfeld der Schule	2
3. Unterrichtsangebot	2
3.1 Außerunterrichtliches Sportangebot	2
3.2 Bewegung, Spiel und Sport im Ganzttag	2
3.3 Sporthelferausbildung	2
3.4 Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“	2
3.5 Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten....	3
4 Inhalte des Faches Sport in den verschiedenen Jahrgangsstufen	3
4.1 Grundsätze der Inhalte.....	3
4.1.1 Bewegungsfelder und Sportbereiche	3
4.1.2 Inhaltsfelder	3
4.2 Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase.....	4
4.2.1 Übersicht über die Inhalte der Einführungsphase	4
4.2.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen.....	4
4.3 Kursprofile der Qualifikationsphase	18
5 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	27

1. Sportstätten der Schule

- Schuleigene Vierfachsporthalle
- Schuleigener Gymnastikraum
- Schuleigener Sportplatz mit 4 Laufbahnen, 4 Sprunggruben sowie 2 Hochsprunganlagen, 4 Kugelstoßanlagen

In dem Park „grüner Finger“ und der Vereinsanlage am Fachwerk Gievenbeck sind noch folgende Sportstätten nutzbar:

- vier Beachvolleyballfelder
- ein großer Rasenplatz
- ein großer Kunstrasenplatz
- zwei kleinere Fußballfelder

2. Im Umfeld der Schule

- Nutzung des städtischen Hallenbades (dienstags und donnerstags 3. bis 6. Std.)
- Kooperation mit dem örtlichen Vereinen (TSC und FC Gievenbeck)
- Wald- und Parkgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

3. Unterrichtsangebot

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

- Regelunterricht der Klassen 5 – 9: 3-stündig
- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig

Für den Regelunterricht in der Sekundarstufe II gelten die Kernlehrpläne Sport Sek. II am Gymnasium in der Fassung vom 01.08.2011. Der Sportunterricht wird in der Regel in allen Jahrgangsstufen gemäß Stundentafel erteilt.

3.1 Außerunterrichtliches Sportangebot

Die Fachkonferenz empfiehlt der Schulkonferenz, Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm zu verankern. Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot in verschiedenen Sportbereichen gemacht. Hierzu kann man das reichhaltige AG-Angebot der Schule einsehen.

Als Partnerschule des DFB werden regelmäßige Fußballveranstaltungen durchgeführt (wöchentliches Auswahltraining, Stein-Cup etc.).

3.2 Bewegung, Spiel und Sport im Ganzttag

Im Rahmen des Ganztagsangebots sowie des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot zur individuellen Förderung gemacht. Neben dem Angeboten des Pausensports gibt es auch die Möglichkeit bei schlechtem Wetter im Ganztagsbereich Sport zu treiben (Tischtennis, Klettern etc.)

3.3 Sporthelferausbildung

Die Schule möchte in Zukunft die Möglichkeit der Sporthelferausbildung nutzen.

3.4 Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“

Für die Schulmannschaften findet ein Vorbereitungstraining statt, das im Rahmen der Arbeitsgemeinschaften stattfindet. Die Teilnahme am schulsportlichen Wettkampfwesen/„Jugend trainiert für Olympia“ wird regelmäßig in den Sportarten Basketball und Fußball durchgeführt. Je nach Interesse der Schülerinnen und Schüler nehmen die

Schülerinnen und Schüler auch an den Wettkämpfen in den Sportarten Tennis, Turnen und Volleyball teil.

3.5 Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten

Leisten und Leistung zu erfahren, sind unverzichtbare Bestandteile des Sports. Aus diesem Grund werden im dreijährigen Wechsel leichtathletische Wettkämpfe zum Erreichen des Sportabzeichens, Sportfeste für Mannschaftssportarten und Sponsorenläufe durchgeführt. Die Ergebnisse werden angemessen in die Benotung einbezogen.

4 Inhalte des Faches Sport in den verschiedenen Jahrgangsstufen

4.1 Grundsätze der Inhalte

Grundsätzlich werden im Sportunterricht der Oberstufe Die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, die Sachkompetenz, Die Methodenkompetenz und die Urteilskompetenz als **Kompetenzbereiche** vermittelt. Die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bildet den Kern der fachlichen Kompetenzentwicklung. Auf dieser Grundlage werden Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz entfaltet. Der Sportunterricht in der gymnasialen Oberstufe soll den vertieften theoretischen und wissenschaftspropädeutischen Ansprüchen gerecht werden. Vor diesem Hintergrund verbindet eine enge Praxis-Theorie-Verknüpfung durchgehend sportliches Handeln mit reflektiertem theoretischem Wissen. Die Kompetenzbereiche formulieren Kompetenzerwartungen, die in den verschiedenen **Bewegungsfeldern und Sportbereichen** erfüllt werden müssen und mit den **Inhaltsfeldern** des Sports verknüpft sind. Dabei kann die Schule nur exemplarisch arbeiten, da nicht alle Möglichkeiten der Profilierung möglich sind. So ist beispielsweise Bewegen im Wasser - Schwimmen aufgrund fehlender Schwimmzeiten nicht umsetzbar.

4.1.1 Bewegungsfelder und Sportbereiche

Die für die Sek. II des Gymnasiums obligatorischen Inhalte und Gegenstände werden in 9 Bewegungsfeldern / Sportbereichen konkretisiert. Sie sind eine Fortführung der Aspekte aus der Sekundarstufe I, daher wurde der zweite Bereich gestrichen:

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

4.1.2 Inhaltsfelder

Diese sind bewegungsfeld- und sportbereichsübergreifend und bilden die inhaltlichen Schwerpunkte, die in der gymnasialen Oberstufe anknüpfend an die Sekundarstufe I vertieft und erweitert werden. Sie werden exemplarisch anhand der Bewegungsfelder und Sportbereiche behandelt.

- (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- (b) Bewegungsgestaltung
- (c) Wagnis und Verantwortung
- (d) Leistung
- (e) Kooperation und Konkurrenz
- (f) Gesundheit.

4.2 Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

4.2.1 Übersicht über die Inhalte der Einführungsphase

Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sind für die Einführungsphase in mindestens drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt worden.

Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
UV I	Trainieren ganz nach Plan – Den eigenen Fitnesszustand analysieren, optimieren und Veränderungen dokumentieren
UV II	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Klein- und Großfeld mit erfolgreich anwenden
UV III	Tänzerische Gestaltung mit dem Seil zur Musik
UV IV	Drehen, Springen, Schwingen – Gemeinsam Neues wagen und Risiken abschätzen sowie turnerische Bewegungen gezielt erlernen
UV V	Große Sprünge, weite Würfe, schnelle Läufe - Erlernen unterschiedlicher Disziplinen in der Leichtathletik zur selbstständigen Durchführung und Planung eines Mehrkampfes
UV VI	Ohne Technik keine Taktik - Verbesserung der individuellen Spielfähigkeit durch kooperative Vertiefung der grundlegenden Volleyballtechniken zur Erweiterung des erfolgreichen Zusammenspiels.
Freiraum	Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

4.2.2 Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Auf den folgenden Seiten werden die verschiedenen Unterrichtsvorhaben mit den dazugehörigen Kompetenzerwartungen, Bewegungsfelder und Sportbereichen sowie Inhaltsfeldern vorgestellt.

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik sowie Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode	F	<i>D</i>	EF	Tragen Sie hier die Dauer des UV ein.

Trainieren ganz nach Plan – Den eigenen Fitnesszustand analysieren, optimieren und Veränderungen dokumentieren

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Stea-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig 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

d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

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

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Progressionsorientierte Anbahnung selbstgesteuerten Lernens</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Erstellung individueller Trainingspläne auf der Basis des individuellen Fitnessstatus</p> <p>Sportartspezifisches/ allgemeines Aufwärmen</p> <p>Verfahren der Datenerhebung im Sport</p> <p>Einsatz von „Fitnessstagebüchern“ zur Dokumentation des eigenen Fitnessfortschritts</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Zirkeltraining</p> <p>Testverfahren zur Bestimmung der Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit</p> <p>Methoden des funktionellen Dehnens</p> <p>Individuelle Trainingspläne</p> <p>Step-Aerobic oder Tae Bo</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><u>unterrichtsbezogen</u></p> <p>Ausdauertests, Schätzläufe</p> <p>Gestaltung von Fitness- bzw. Aufwärmprogrammen</p> <p>Überprüfung des Leistungsstands unter Berücksichtigung standardisierter Werte (siehe Sportabzeichen) sowie individueller Lernfortschritte</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gesetzmäßigkeiten zur Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Belastungsgrößen (Umfang, Intensität, Dichte, Dauer, Häufigkeit)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E	A	EF	Tragen Sie hier die Dauer des UV ein.

Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Klein- und Großfeld mit erfolgreich anwenden

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

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

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

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

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

Urteilskompetenz

(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.

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

Didaktische Entscheidungen

Inhalte

- Vertiefende technisch-koordinative Fertigkeiten: Korbwurf, Korbleger, Stoppen, Sternschritt, Passen, Dribbling
- Taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden.
- Spielregeln als hilfreiche Beschränkungen des Spiels sehen

Methodische Entscheidungen

- Die Grundfertigkeiten in spielnahen Übungsformen unter körperlicher Belastung üben und festigen
- Anwendung der Grundfertigkeiten in Spielsituationen unter taktischen Aspekten; individualtaktische Maßnahmen, z.B. Durchbruch, Wurf; mannschaftstaktische Maßnahmen, z.B., Freilaufen im Spiel 5:5
- Einsetzen der Regelkenntnisse zur Verbesserung des Spielergebnisses

Gegenstände

- Wurf-, Pass- und Körpertäuschungen
- Freilaufen, -machen gegen intensive Verteidigung
- Dreieck bilden und im Dreieck rotieren

Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

Überprüfungsform:

Demonstration

unterrichtsbegleitend

- sichere Beherrschung der genannten technischen Elemente
- Mitwirkung
- Ausführungsqualität

Bewertung des spielerischen Verhaltens im Kleinfeldspiel und Zielspiel

- Ausführungsqualität
- Effektivität für das Spielgeschehen
Bewegungsintensität.

Fachbegriffe

- (Wurf-, Pass-) Finte; Körpertäuschung Durchbruch, Giveandgo, Back-doo, Überzahlsituationen schaffen

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Tanz	B		EF	Tragen Sie hier die Dauer des UV ein.

Tänzerische Gestaltung mit dem Seil zur Musik

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

(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.

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

Didaktische Entscheidungen

- Schwingen und Springen mit dem kurzen Seil
- Grundsprünge kennenlernen
- In Partnerarbeit verschiedene Kunststücke mit dem Seil entwickeln
- Gestaltungskriterium „Raum“ (insb. Aufstellungsformen und Raumwege)
- physiologische Aspekte
- Gestaltung einer Seilshow

Methodische Entscheidungen

- mit Seil, Musik und Sprüngen experimentieren
- ausgewählte Sprungvarianten erarbeiten
- Zu zweit mit einem oder zwei Seilen springen – Möglichkeiten zur Präsentation entwickeln
- Ortswechsel und Aufstellungen in der Gruppe erarbeiten und miteinander verbinden (Aspekt: Raum)
- Erstellen einer Übersicht, warum RopeSkipping zur Fitnessgymnastik zählt.

Fachbegriffe - Arbeitsmethoden

- Vom Leichten zum Schweren
- Vom Einfachen zum Zusammengesetzten
- Methode: Experimentieren

Gegenstände

- Springen ohne Musik, Zeitlupentempo, Springen zum Beat der Musik, Springen mit seitlich schwingendem Seil, etc.
- Kunststücke mit dem Seil finden (Drehungen, Doppeldurchschlag, Arme kreuzen, etc.)
- Bewegungen mit bereits anderen erlernten Elementen verbinden
- Aufstellungsformen (Dreieck, Linie, Kreuz, ...) und Raumwege (vorwärts, rückwärts, seitlich, etc.) gruppenweise präsentieren und korrigieren

Fachbegriffe

- Aufstellungsformen
- Raumwege

Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

Überprüfungsform:

Präsentation

unterrichtsbegleitend

- Umsetzen der einzelnen Sprünge
- Kreativität in Partner- und Gruppenprozessen

Beobachtungskriterien:

- Ausführungsqualität
- Kreativität

Präsentation einer Seilshow

- Umsetzung des Gestaltungsaspektes Raum
- Verbindung einzelner Sprungelemente in Einzel- und Gruppenpräsentation

Fachbegriffe

- Rope-Skipping
- Gestaltungskriterien (Zeit, Raum, Dynamik)
- Grundsprünge

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)	BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen	C	A	EF	Tragen Sie hier die Dauer des UV ein.

Drehen, Springen, Schwingen – Gemeinsam Neues wagen und Risiken abschätzen sowie turnerische Bewegungen gezielt erlernen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 5: 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.

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

[]

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

[]

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

(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

(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.

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

Didaktische Entscheidungen

Die SuS lernen die Vielfalt des Turnens in Einzel- und Gruppengestaltung kennen

Schüler helfen Schülern (helfen und sichern)

Die SuS verknüpfen erlernte turnerische Bewegungen zu einer Gestaltung

Auseinandersetzung mit individuellen Aspekten von Wagnis und Angstbewältigung

Methodische Entscheidungen

Turnen am Boden, Reck, Ringen und Minitramp.

Verfahren zur Bewegungsanalyse um den Entwicklungsprozess selbständig zu steuern und zu bewerten

Nutzung verschiedener Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode)

Förderung von selbstgesteuerten Lernprozessen.

Kriterien von Wagnis, Angst

Gegenstände

Entwicklung einer Bewegungsfolge an Geräten (Minitramp, Reck, Schwungringe)

Rotationsbewegungen in unterschiedlichen Niveaustufen und an unterschiedlichen Geräten

Stände und Stützbewegungen

Überschlagbewegungen in Variationen

Schwungbewegungen am Gerät

Verschiedene Helfergriffe

Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

Überprüfungsform:

Sportmotorische Testverfahren

unterrichtsbegleitend

Entwicklung der individuellen Progression, Ausführungsqualität der eingeführten Techniken (Demonstration) Auseinandersetzung mit Wagnis und Angst
Mitarbeit in Reflexionsphasen
Helfen und sichern

Leistungsmessung in den eingeführten Techniken, Präsentation einer Einzelgestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien

Theoretische Kenntnisse und praktische Umsetzungsfähigkeit der Helfer und Sicherungsgriffe

Schwierigkeitsgrad und Umsetzung der turnerischen Elemente

Fachbegriffe

Kenntnisse des turnerischen Fachvokabulars und der vermittelten Turnelemente

Kriterien unterschiedlicher Stufen der Wagniserfahrung

Grundbegriffe der Biomechanik des Turnens

Helfergriffe

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	D	A	EF	Tragen Sie hier die Dauer des UV ein.

Große Sprünge, weite Würfe, schnelle Läufe - Erlernen unterschiedlicher Disziplinen in der Leichtathletik zur selbstständigen Durchführung und Planung eines Mehrkampfes

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

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

| |

| |

Sachkompetenz

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

(d): Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern.

Methodenkompetenz

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

| |

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

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

Didaktische Entscheidungen

Erkennen unterschiedlicher Wege zum Bewegungslernen am Beispiel leichtathletischer Disziplinen

Erlernen die notwendigen Sicherheitsmaßnahmen im Umgang mit leichtathletischen Anlagen

Planung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes (Sportabzeichen)

Methodische Entscheidungen

Individuelle Leistungsverbesserung durch Optimierung der einzelnen Teilphasen der Bewegung

Techniken im Vergleich analysieren und deren Entwicklung nachvollziehen

Kriterien zur Planung und Durchführung eines Wettkampfes

Gegenstände

Sprungdisziplinen (Weitsprung und Dreisprung ausgewählte Techniken vergleichen)

Stoß/ Wurf (ausgewählte Techniken vergleichen)

Techniken des Sprints (50 m, 100 m und 200 m)

Unterschiedliche Möglichkeiten einen Wettkampf zu planen

Lernerfolgsüberprüfung(en) / LeistungsbewertungÜberprüfungsform:

Sportmotorische Testverfahren

UNTERRICHTSBEGLEITEND

Entwicklung der individuellen Progression, Ausführungsqualität der eingeführten Techniken (Demonstration)

Leistungsmessung in den eingeführten Techniken, Vorgaben sind den Listen des Sportabzeichens zu entnehmen. Kriterien geleitete Durchführung und Organisation einer Wettkampfstation

Individuelle Progression und aktueller Leistungsstand

Fachbegriffe

Biomechanische Grundlagen der Techniken
Phaseneinteilung und Bewegungsbeschreibung der vermittelten Techniken

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	D	<i>E</i>	EF	Tragen Sie hier die Dauer des UV ein.

Ohne Technik keine Taktik - Verbesserung der individuellen Spielfähigkeit durch kooperative Vertiefung der grundlegenden Volleyballtechniken zur Erweiterung des erfolgreichen Zusammenspiels.

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

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

Sachkompetenz

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

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

Methodenkompetenz

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

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

Urteilskompetenz

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

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

Didaktische Entscheidungen

Wechsel von leistungsheterogenen und –homogenen Gruppen
Spiele regelkonform durchführen
Unterschiedliche Lernmethoden kennenlernen und anhand von unterschiedliche Techniken nachvollziehen
Grundlegende mannschaftstaktische Spielzüge kennen und anwenden

Methodische Entscheidungen

Methodische Möglichkeiten zum Erlernen von Volleyballtechniken (Bildreihe, Beschreibung, Lernen am Modell, differentielles Lernen etc.)
Übungs- und Spielformen auf dem Kleinfeld
Übertragung von Übungs- und Spielformen in die Komplexsituation (Zielspiel).

Gegenstände

Verbesserung technischer Elemente (sportartspezifisch)
Vertiefungtaktischer Elemente (sportartspezifisch und sportartübergreifend)
Eigene Spielregeln Kriterien geleitet modifizieren
Grundlegende mannschaftstaktische Spielzüge kennen und anwenden

Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

Überprüfungsform:
Demonstration
unterrichtsbegleitend
Kooperative Prozesse und Progression
Mündliche Beiträge in Reflexionsphasen
Kooperative Mitarbeit bei Gruppen- und Partnerarbeitsphasen
Überprüfung technischer Elemente in Einzel- und Komplexsituationen
Überprüfung taktischer Elemente in Kleingruppen

- Einsatzbereitschaft
- Ausführung des Aufschlags, des hohen und tiefen Zuspiels
- Durchführung einfacher mannschaftstaktischer Spielzüge

Fachbegriffe

Regelwerk, technische und taktische Fachbegriffe des Volleyballspiels

4.3 Kursprofile der Qualifikationsphase

An dem Freiherr-vom-Stein Gymnasium gibt es in der Oberstufe mehrere Sportgrundkurse mit einem Profilen. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

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

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

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergibt sich folgendes Kursprofile:

Kurs	Kursprofil			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	e - Kooperation und Konkurrenz	f - Gesundheit

Kursprofil 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. 33f):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Psychoregulative Verfahren zur Entspannung
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

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

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Badminton, Hockey, Volleyball)
- Partnerspiele
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Flag-Football)

Übersicht der Unterrichtsvorhaben der Q1 und Q2

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	Basketball - Vertiefung von technischen Fähigkeiten und taktischen Verhaltensweisen in spielnahen Situationen
	UV 2	Erfolgreich in Angriff und Abwehr (Hockey oder Fußball) – Spielgemäße Entwicklung von Abwehr- und Angriffstechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten
	UV 3	Step Aerobic – gesundheitsorientiertes Sporttreiben durch die selbstständige Erarbeitung und Gestaltung einer Choreographie
	Freiraum	
<u>Q 1.2</u>	UV 4	(Beach-) Volleyball oder Badminton – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen (Technik)
	UV 5	Ausdauer trainieren – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung (z.B. Dauer- und Intervallmethode etc.)
	UV 6	Ropeskipping – Ausbau der eigenen Fitness durch die kriteriengeleitete Erarbeitung einer Choreographie
	Freiraum	
<u>Q 2.1</u>	UV 7	Als Mannschaft zum Erfolg –Kooperative Vermittlung von Spielsystemen zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit
	UV 8	Alternative Sportspiele - Vermittlung und Erprobung alternativer Sportspiele unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen
	UV 9	Gesundheitsorientiertes Fitnesstraining unter besonderer Berücksichtigung der Kraftausdauer zur Gestaltung eines individuellen Trainingsplans
	Freiraum	
<u>Q 2.2</u>	UV 10	Volleyball/Badminton - Vertiefung von Volleyball- oder badmintonspezifischen Grundfertigkeiten und Förderung der taktisch-strategischen Handlungsfähigkeiten über die Analyse grundlegender Spielsituationen
	UV 11	Gesellschaftstanz – Erarbeitung etablierter Standardtänze und Entwicklung tänzerischer Bewegungskünste zur Nutzbarmachung des Gesellschaftstanzes als Mittel des Fitnesssports

Die Reihenfolge der Unterrichtsvorhaben ist nicht verbindlich, sondern kann je nach Hallensituation verändert werden.

Die bewegungsfeldübergreifenden **Kompetenzerwartungen** der verbleibenden Inhaltsfelder, die in den Unterrichtsvorhaben 1-11 nicht auftauchen, müssen **verbindlich** in den **Freiräumen** behandelt werden.

Es handelt sich dabei um Folgende:

Inhaltsfeld	Inhaltliche Schwerpunkte und Kompetenzerwartungen
a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	IS: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Die SuS können <ul style="list-style-type: none"> - unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben - unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen
c) Wagnis und Verantwortung	IS: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen Die SuS können <ul style="list-style-type: none"> - Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern,

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben 1:</u></p> <p>Thema: Basketball - Vertiefung von technischen Fähigkeiten und taktischen Verhaltensweisen in spielnahen Situationen</p> <p>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Basketball</p> <p>Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung: Die SuS können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen- koordinativen Fertigkeiten und taktischen- kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (Q BWK 7.1).</p> <p>Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
<p><u>Unterrichtsvorhaben 2:</u></p> <p>Thema: Erfolgreich in Angriff und Abwehr Spielgemäße Entwicklung von Abwehr- und Angriffstechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten</p> <p>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Hockey oder Fußball</p>

Inhaltlicher Kern:
Mannschaftsspiele

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen- koordinativen Fertigkeiten und taktischen- kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (Q BWK 7.1).

Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (Q MK e2)

Unterrichtsvorhaben 3:

Thema: Step Aerobic – gesundheitsorientiertes Sporttreiben durch die selbstständige Erarbeitung und Gestaltung einer Choreographie

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können Formen der Fitnessgymnastik und ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (Q BWK 1.1).

Die SuS können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mind. 30 Min) belasten (Q BWK 1.2).

Inhaltsfeld: Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Erklärungsmodellen) differenziert erläutern (Q SK f2)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (Q UK f1)

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 4:

Thema: (Beach-) Volleyball oder Badminton – Vertiefung eines Sportspiels unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein

lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - **Volleyball oder Badminton**

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel- oder Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (Q BWK 7.2).

Inhaltsfeld: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (Q MK e2)

Unterrichtsvorhaben 5:

Thema: Ausdauer trainieren, Dehnmethoden vertiefen und Entspannung erlernen – (individuelle) Erlangung von Kenntnissen über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen (z.B. Dauer- oder Intervallmethode etc.) sowie Vor- bzw. Nachbereitung des Trainings

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen, funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden, psychoregulative Verfahren der Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können

- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mind. 30 Min) belasten (Q BWK 1.2).
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (Q BWK 1.4).

Inhaltsfeld: Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitliche(r) Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

Die SuS können

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die

körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (Q SK f1).

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern (Q SK f2).
- Übungen- und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (Q MK f1).
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch oder Portfolio) (Q MK d1).
- (individualisierte) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (Q MK d2).

Unterrichtsvorhaben 6:

Thema: Ropeskipping – Ausbau der eigenen Fitness durch die kriteriengeleitete Erarbeitung einer Choreographie

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Funktionales Muskeltraining mit einfachen Geräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die SuS können

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (Q BWK 1.1).
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (Q BWK 1.3).

Inhaltsfeld: Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (Q SK f1)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness (und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen) differenziert erläutern (Q SK f2)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 7:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg –Kooperative Vermittlung von Spielsystemen zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Hockey/Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Unterrichtsvorhaben 8:

Thema: Alternative Sportspiele - Vermittlung und Erprobung alternativer Sportspiele unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

alternative Sportspiele (z.B. Flagfootball, Ultimate, Tchouk-Ball, Indica)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbstentwickelte 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:

e – Kooperation und Wettkampf,

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (e)
- die Bedeutung von Faktoren Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Unterrichtsvorhaben 9:

Thema: Gesundheitsorientiertes Fitnesstraining unter besonderer Berücksichtigung der Krafftausdauer zur Gestaltung eines individuellen Trainingsplans

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen. (Q BWK 1.1)
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (Q BWK 1.3)

Inhaltsfeld: f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (Q SK f1)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (Q MK f1)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern (Q UK f1)
beurteilen

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben 10:

- **Thema: Volleyball/Badminton** - Vertiefung von Volleyball- oder badmintonspezifischen Grundfertigkeiten und Förderung der taktisch-strategischen Handlungsfähigkeiten über die Analyse grundlegender Spielsituationen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Rückschlagsportarten (Volleyball/Badminton)

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 Kompetenzerwartung:

- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (Q MK e1)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (Q MK e2)
- (gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie) die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen (theoriegeleitet) beurteilen (Q UK e1)

Unterrichtsvorhaben 11:

Thema: Gesellschaftstanz – Erarbeitung etablierter Standardtänze und Entwicklung tänzerischer Bewegungskünste zur Nutzbarmachung des Gesellschaftstanzes als Mittel des Fitnesssports

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltliche Kerne:

aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (Q BWK 1.3).

Inhaltsfelder: f - Gesundheit -

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (Q SK b1).
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (Q UK b1)

5 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Diese werden zu Beginn des Schuljahres den Schülerinnen und Schülern transparent gemacht.

Bewertungsschwerpunkte	
<p>Können (Leistungen im Unterricht) (60-70%)</p>	<p><i>hinsichtlich <u>sportlicher Fertigkeiten</u> und <u>körperlicher Fähigkeiten</u></i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Weiten, Zeiten, Höhen (z. B. Leichtathletik) • Schwierigkeit, Bewegungsqualität (z. B. Geräteturnen, Tanz) • Effizienz, Spielerfolg (z. B. Sportspiele) <p><u>Wissen und Kenntnisse</u> <i>(mindestens 50% der Note im Bereich „Können“)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelkenntnisse und Spielverständnis • Methodische Kenntnisse / Selbstständigkeit • Interesse und Wissen um Gesundheit, Sicherheit und Umwelt • Sportwissenschaftliche Inhalte (Gesundheitssport, Trainingslehre, Sportsoziologie, Sportgeschichte, Sport im sozialen Kontext, Sportmedizin etc.) <p><i>Mögliche <u>Überprüfungsformen</u> des Wissens und der Kenntnisse sind insbesondere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beiträge zu Unterrichtsgesprächen • Beiträge zur Unterrichtsgestaltung • Mitarbeit in Projekten sowie Arbeitsphasen des selbstständigen Lernens <p><i>darüber hinaus auch:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schriftliche Übungen • Referate, Kurzreferate • Hausaufgaben • evtl. Protokolle
<p>individuelles Lern- und Arbeitsverhalten (10-20%)</p>	<p><u>Lernbereitschaft und Leistungswille</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Bereitwilligkeit sich auf neue Aufgaben einzulassen <p><u>soziale Verhaltensweisen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfsbereitschaft • Rücksichtnahme auf und Akzeptanz stärkerer SuS • Fairness • Kooperation • Auf- und Abbau • Zuverlässigkeit
<p>individueller Lernfortschritt (0-10%)</p>	<p><u>Lern- und Leistungsfortschritt</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Steigerung der sportlichen Leistung während des Unterrichtszeitraumes unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Lernausgangslage und der körperlichen Voraussetzungen der jeweiligen SuS

Die Lernerfolge können **unterrichtsbegleitend** und **punktuell** erfasst werden

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

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

Selbstbewertungsbogen für Schülerinnen und Schüler im Fach Sport Sek. II						
Name		sehr häufig	häufig	manchmal	fast nie	
Klasse	Schuljahr					
Zeitraum						
Beteiligung/ Mitarbeit	Ich beteilige mich durch mündl. Beiträge am Unterricht.					
	Ich bereite Teile des Unterrichts vor und führe diese durch.					
	Ich verfolge den Sportunterricht aufmerksam und höre den Beiträgen meiner MitschülerInnen aufmerksam zu.					
	Ich bringe neue Ideen in den Unterricht ein.					
	Ich formuliere meine Aussagen verständlich und dem jeweiligen Bewegungsfeld bzw. der jeweiligen Sportart angemessen.					
Fertigkeiten	Ich kann ausdauernd und konzentriert arbeiten/üben.					
	Ich bemühe mich, sportbezogene Aufgaben zu erledigen und die im Sportunterricht erteilten Arbeitsaufträge setze ich gut/engagiert um.					
	Ich kann erfolgreich in einer Mannschaft arbeiten und auch meine Belange für das Team zurückstellen.					
	In Gruppen- und Partnerarbeit habe ich Anteil am sportlichen Gesamtergebnis.					
	Ich bin in der Lage, selbstständig sportbezogene Aufgaben wie Gruppenchoreographien, Mannschaftsspiele und Sporttechniken durchzuführen.					
	Ich übe gut, damit ich bestimmte Sporttechniken neu erlerne.					
	Ich engagiere mich auch beim Auf- und Abbau von Sportgeräten und Sportanlagen.					
	Meinen Mitschülern/innen gegenüber bin ich fair und halte mich an die sportlichen Regeln.					
Diese Note würde ich mir geben						
An folgenden Punkten möchte ich zukünftig arbeiten:						
Datum		Unterschrift Schüler				