



Conrad von Soest Gymnasium

Sport

Sekundarstufe II

Conrad von Soest Gymnasium

(gültig ab 18. Oktober 2017)

2000...



Westfälischer Friedenspreis

2007...



Bürgerpreis der Stadt Soest

2009...



Partnerschule des Leistungssports

2009...



Europäischer Jugend-Karlspreis

2016...



MINT-Freundliche Schule

Inhaltsverzeichnis

Kapitel	Seite
1 Vom Kernlehrplan zum schulinternen Curriculum	3
1.1 Einführungsphase	3
1.2 Qualifikationsphase – Grundkurse	3
1.3 Qualifikationsphase – Leistungskurs	4
2 Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept	5
2.1 Grundsätze der Leistungsbewertung	5
2.2 Formen der Leistungsbewertung	6
2.2.1 Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung	7
2.2.2 Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfung	7
2.3 Klausuren im Sport Leistungskurs	8
2.4 Grundsätze der Notenbildung	8
2.5 Die Fachprüfung in Sport als zweitem Abiturfach	9
2.5.1 Schriftliche Abiturprüfung	11
2.5.2 Praktische Prüfung	11
2.6 Facharbeiten	12
3 Individuellen Förderung	12
3.1 Grundsätze	12
3.2 Maßnahmen äußerer Differenzierung	12
3.3 Anlassbezogene individuelle Förderung	13
4 Qualitätssicherung und Evaluation	13
5 Methodenkonzept	14
6 Medienkonzept	14
7 Schulinterner Lehrplan Sport (Sek. II) - Einführungsphase	15
8 Schulinterner Lehrplan Sport (Sek. II) - Qualifikationsphase	32
8.1 Unterrichtsvorhaben des Leistungskurses (Volleyball/Leichtathletik)	32
8.2 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Badminton/ Leichtathletik)	57
8.3 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Fußball/ Leichtathletik)	78
8.4 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Basketball/ Schwimmen)	99
8.5 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses („Gym.-Tanz/ Fitness“)	120
9 Anhang: Bewertungstabellen	146

1 Vom Kernlehrplan zum schulinternen Curriculum

1.1 Einführungsphase

Aufbauend auf die im Sommer 2014 neu veröffentlichten Kernlehrpläne für die Oberstufe hat die Fachschaft des Conrad-von-Soest Gymnasiums das schulinterne Curriculum für das Fach Sport für die Einführungsphase erstellt.

In der Einführungsphase sollen den SuS unterschiedliche Akzentsetzungen sportlichen Handelns in möglichst großer Breite vermittelt und bewusst gemacht werden. Deshalb sollen **mindestens drei Bewegungsfelder und Sportbereiche** thematisiert werden und exemplarische Einblicke in **alle Inhaltsfelder A-F** mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen erfolgen.

Die Fachkonferenz Sport am Conrad-von-Soest Gymnasium hat sich dabei auf folgende Bewegungsfelder und Sportbereiche festgelegt:

BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik
BF/SB 3 Bewegen im Wasser – Schwimmen
BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Die jeweiligen Inhaltsfelder und die zugehörigen Kompetenzerwartungen sind in den entsprechenden Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufe aufgeführt.

1.2 Qualifikationsphase – Grundkurse

Am Conrad-von-Soest Gymnasium werden in der Oberstufe in der Regel vier Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen (ohne Abiturfach) angeboten. 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 (BF/SB)** unter Berücksichtigung aller **Inhaltsfelder (a-f)** 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 mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich exemplarisch folgende vier Kursprofile für die Grundkurse am Conrad-von-Soest Gymnasium:

1	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Badminton
	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)
2	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Fußball
	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)
3	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Basketball
	Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)
4	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz , Bewegungskünste (BF/SB 6)
	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)

Die Schülerinnen und Schüler können im Laufe der Einführungsphase aus den angebotenen Kursprofilen wählen. Bei der endgültigen Kurszuweisung müssen jedoch auch schulorganisatorische Aspekte (wie z.B. vergleichbare Kursgrößen) berücksichtigt werden.

1.3 Qualifikationsphase – Leistungskurs

Der Unterricht am Conrad-von-Soest Gymnasium soll es den Schülerinnen und Schülern ermöglichen, dass sie – aufbauend auf der Kompetenzentwicklung in der Einführungsphase – am Ende der Qualifikationsphase in einem Leistungskurs weiterführende Kompetenzen erwerben können. Dabei sollen die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler für die Qualifikationsphase in zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller inhaltlichen Schwerpunkte aus allen Inhaltsfeldern entwickelt werden. (KLP S. 43)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergibt sich für den Leistungskurs am Conrad-von-Soest Gymnasium folgendes Kursprofil:

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Volleyball
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)

2 Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept

Die Fachkonferenz des Conrad-von-Soest Gymnasiums vereinbart ein Konzept zur Leistungsbewertung auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport NRW, in welchem festgelegt ist, welche Grundsätze und Formen der Leistungsmessung und Leistungsbewertung verbindlich in den jeweiligen Jahrgangsstufen gelten bzw. zu erbringen sind. Sie stellt dadurch die Vergleichbarkeit der Anforderungen innerhalb einzelner Jahrgangsstufen und Schulstufen sicher.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen, an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen und jeweils ausgewiesenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens.

Die Leistungsbeurteilung berücksichtigt die Stimmigkeit von Lernerfolgsüberprüfungen im Gesamtzusammenhang des Kernlehrplans Sport. Sie orientiert sich am spezifischen Lernvermögen und an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen, wobei neben den Ergebnissen auch die Prozesse selbst einzu beziehen sind.

2.1 Grundsätze der Leistungsbewertung

Folgende Grundsätze zur Leistungsbewertung im Fach Sport der Sek. II sind von der Fachkonferenz Sport verbindlich festgelegt:

Bewertung auf der Grundlage der Bewegungsfelder/ Sportbereiche

Leistungsbewertung im Laufe der Sekundarstufe II bezieht sich auf die den Kurprofilen zugeordneten Bewegungsfelder und Sportbereiche. Es wird sichergestellt, dass sich die Leistungsbewertung entsprechend der Anzahl und inhaltlichen Schwerpunkte der Kompetenzerwartungen verhält, eine Beschränkung auf einzelne Bewegungsfelder und Sportbereiche/Kompetenzerwartungen ist nicht erlaubt.

Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe II ist einem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden- und Urteilskompetenz.

Die Leistungsbewertung im Fach Sport bezieht sich auf alle Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport:

- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz
- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Methodenkompetenz
- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Urteilskompetenz
- Das Einbringen von Leistungen im Bereich der Sachkompetenz (in der Sek. II)¹

Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt, wobei die Angemessenheit und der Anteil an der Bewertung vom Anteil und von der jeweiligen Bedeutung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens abhängen. Leistungen im Bereich sportbezogenen personalen und sozialen Verhaltens beziehen sich immer auf Kriterien, die im Unterricht erarbeitet und eingeübt werden können. Die bloße Auflistung von Beurteilungsaspekten reicht nicht aus, um sportbezogenes Verhalten angemessen zu beurteilen.

- Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen
- Anstrengungsbereitschaft
- Selbstständigkeit
- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit

Bewertung vor dem Hintergrund individuellen Leistungsvermögens

Die Leistungsbewertung zielt darauf ab, SuS individuelle Rückmeldungen über ihren Leistungsstand zu ermöglichen und sie vor dem Hintergrund ihres Leistungsvermögens individuell zu fördern und zu stärken. Sie ist damit einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet, das das individuelle Leistungsvermögen sowie den individuellen Lernfortschritt in der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

2.2 Formen der Leistungsbewertung

Die Fachschaft vereinbart einen Minimalkonsens über verbindliche Formen der Leistungsbewertung. Dabei beziehen sich die Lernerfolgsüberprüfungen (allein

¹ Dieser gegenüber der Sek. I neue Kompetenzbereich ermöglicht es dem Fach Sport den Anforderungen in der gymnasialen Oberstufe hinsichtlich der theoretischen und wissenschaftspropädeutischen Zielsetzungen in differenzierter Weise gerecht zu werden (vgl. KLP Sport GOST)

und/oder in der Gruppe) auf alle vier Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport.

2.2.1 Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung

Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen auf der Grundlage zuvor festgelegter, der Lerngruppe bekannter Kriterien. Sie stellen in besonderer Weise ein geeignetes Instrument zur individuellen Rückmeldung für das Erreichen von Lernzielen im Unterricht dar. Deshalb ist eine möglichst zeitnahe Rückmeldung zur erbrachten Leistung erforderlich. Darüber hinaus ermöglichen prozessbezogene Lernerfolgsüberprüfungen in Form von Langzeitbeobachtungen, Lernleistungen in ihrer Stetigkeit einzuschätzen und durch deren langfristige Begleitung und Unterstützung kontinuierlich zu entwickeln. Das gilt vor allem für den Bereich von Verhaltensdispositionen im Sport, die sich in partnerschaftlichem fairem, kooperativen sowie tolerantem Verhalten zeigen. Die unterrichtsbegleitenden, prozessbezogenen Lernerfolgsüberprüfungen beziehen sich auf folgende Formen:

- selbstständiges Planen und Gestalten von Aufwärmprozessen
- Mitgestaltung von Unterrichtssituationen
- Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter- und Kampfrichteraufgaben
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Anstrengungsbereitschaft, Willenskraft, Kooperations- und Teamfähigkeit, Leistungsbereitschaft
- Beiträge (mündlich): z.B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch

2.2.2 Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfung

Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen setzen voraus, dass die SuS mit den an sie gestellten Anforderungen aus dem Unterricht vertraut sind und dass hinreichend Gelegenheit zum Üben und Festigen des Erlernten im Unterricht bestand. Die punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) beziehen sich auf folgende Formen:

- Demonstration von Bewegungshandeln, Präsentationen technisch-koordinativer Fertigkeiten, taktisch kognitiver sowie ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten
- Fitness-/ Ausdauerleistungstests
- Qualifikationsnachweise: Schwimmbabzeichen, Sportabzeichen
- Wettkämpfe: Mehrkämpfe, Turniere
- selbstständiges Planen und Gestalten von Aufwärmprozessen
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Schriftliche Beiträge zum Unterricht, z. B. Übungen, Skizzen, Plakate, Tabellen, Kurzreferate, Stundenprotokolle, Übungs- oder Trainingsprotokolle, Lerntagebücher, Portfolios
- Mündliche Beiträge zum Unterricht: z. B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch

Für die Einführungsphase gilt, dass Schülerinnen und Schülern, die beabsichtigen, Sport als Abiturfach zu wählen, eine angemessene Erprobung der Klausurformate ermöglicht werden soll. Hierzu werden Teilaufgaben (ähnlich einer Klausuraufgabe) im Rahmen von schriftlicher Übungen angeboten. Diese können dann im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht/Sonstige Mitarbeit“ angemessen in die Benotung einfließen.

2.3 Klausuren im Sport Leistungskurs

Die Klausuren in der Qualifikationsphase 1 werden jeweils dreistündig, die in der Qualifikationsphase 2 vierstündig geschrieben. Die abschließende Klausur der Qualifikationsphase 2 wird unter Abiturbedingungen geschrieben.

Für die Planung des Unterrichts in der gesamten Qualifikationsphase und die Vorbereitung auf die Abiturprüfungen ist es von Bedeutung, mit Schülerinnen und Schülern im Rahmen der reflektierten Praxis den Umgang mit Operatoren zielgerichtet einzuüben.

2.4 Grundsätze der Notenbildung

Die Fachkonferenz Sport des Conrad-von-Soest Gymnasiums einigt sich auf folgende Grundsätze der Notenbildung:

Die Leistungsbewertung erfolgt in einem kontinuierlichen Prozess, bezieht sich auf alle Unterrichtsvorhaben und berücksichtigt alle Formen und Grundsätze der Leistungsbewertung in einem angemessenen Rahmen. Unverschuldete Unterrichtsausfälle werden bei der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport - wie z. B. leistungssportliches Engagement und die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen – können nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden.

2.5 Die Fachprüfung in Sport als zweitem Abiturfach

Die allgemeinen Regelungen zur schriftlichen und mündlichen Abiturprüfung, mit denen zugleich die Vereinbarungen der Kultusministerkonferenz umgesetzt werden, basieren auf dem Schulgesetz sowie dem entsprechenden Teil der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die gymnasiale Oberstufe. Fachlich beziehen sich alle Teile der Abiturprüfung auf die in Kapitel 2 des Kernlehrplans für das Ende der Qualifikationsphase festgelegten Kompetenzerwartungen. Bei der Lösung schriftlicher wie mündlicher Abituraufgaben sind generell Kompetenzen nachzuweisen, die im Unterricht der gesamten Qualifikationsphase erworben wurden und deren Erwerb in vielfältigen Zusammenhängen angelegt wurde. Die jährlichen „Vorgaben zu den unterrichtlichen Voraussetzungen für die schriftlichen Prüfungen im Abitur in der gymnasialen Oberstufe“ (Abiturvorgaben), die auf den Internetseiten des Schulministeriums abrufbar sind, konkretisieren den Kernlehrplan, soweit dies für die Schaffung landesweit einheitlicher Bezüge für die zentral gestellten Abiturklausuren erforderlich ist. Die Verpflichtung zur Umsetzung des gesamten Kernlehrplans bleibt hiervon unberührt. Im Hinblick auf die Anforderungen im schriftlichen und mündlichen Teil der Abiturprüfungen ist grundsätzlich von einer Strukturierung in drei Anforderungsbereiche auszugehen, die die Transparenz bezüglich des Selbstständigkeitsgrades der erbrachten Prüfungsleistung erhöhen soll.

- Anforderungsbereich I umfasst das Wiedergeben von Sachverhalten und Kenntnissen im gelernten Zusammenhang, die Verständnissicherung sowie das Anwenden und Beschreiben geübter Arbeitstechniken und Verfahren.
- Anforderungsbereich II umfasst das selbstständige Auswählen, Anordnen, Verarbeiten, Erklären und Darstellen bekannter Sachverhalte unter vorgegebenen Gesichtspunkten in einem durch Übung bekannten Zusammen-

hang und das selbstständige Übertragen und Anwenden des Gelernten auf vergleichbare neue Zusammenhänge und Sachverhalte.

- Anforderungsbereich III umfasst das Verarbeiten komplexer Sachverhalte mit dem Ziel, zu selbstständigen Lösungen, Gestaltungen oder Deutungen, Folgerungen, Verallgemeinerungen, Begründungen und Wertungen zu gelangen. Dabei wählen die Schülerinnen und Schüler selbstständig geeignete Arbeitstechniken und Verfahren zur Bewältigung der Aufgabe, wenden sie auf eine neue Problemstellung an und reflektieren das eigene Vorgehen.

Für alle Fächer gilt, dass die Aufgabenstellungen in schriftlichen und mündlichen Abiturprüfungen alle Anforderungsbereiche berücksichtigen müssen, der Anforderungsbereich II aber den Schwerpunkt bildet. Fachspezifisch ist die Ausgestaltung der Anforderungsbereiche an den Kompetenzerwartungen des jeweiligen Kurstyps zu orientieren. Für die Aufgabenstellungen werden die für Abiturprüfungen geltenden Operatoren des Faches verwendet, die in einem für die Prüflinge nachvollziehbaren Zusammenhang mit den Anforderungsbereichen stehen.

Die Bewertung der Prüfungsleistung erfolgt jeweils auf einer zuvor festgelegten Grundlage, die im schriftlichen Abitur aus dem zentral vorgegebenen kriteriellen Bewertungsraster, im mündlichen Abitur aus dem im Fachprüfungsausschuss abgestimmten Erwartungshorizont besteht. Übergreifende Bewertungskriterien für die erbrachten Leistungen sind die Komplexität der Gegenstände, die sachliche Richtigkeit und die Schlüssigkeit der Aussagen, die Vielfalt der Gesichtspunkte und ihre jeweilige Bedeutsamkeit, die Differenziertheit des Verstehens und Darstellens, das Herstellen geeigneter Zusammenhänge, die Eigenständigkeit der Auseinandersetzung mit Sachverhalten und Problemstellungen, die argumentative Begründung eigener Urteile, Stellungnahmen und Wertungen, die Selbstständigkeit und Klarheit in Aufbau und Sprache, die Sicherheit im Umgang mit Fachsprache und -methoden sowie die Erfüllung standardsprachlicher Normen. Hinsichtlich der unterschiedlichen Verfahren im Fach Sport als zweitem Abiturprüfungsfach sind bezüglich der einzelnen Prüfungsteile die folgenden Regelungen zu beachten.

In Sport als zweitem Abiturprüfungsfach tritt an die Stelle der schriftlichen Abiturprüfung in den Leistungsfächern eine Fachprüfung. Sie besteht aus einer schriftlichen Abiturprüfung und einer praktischen Prüfung. Über

die Fachprüfung jedes einzelnen Prüflings ist eine formalisierte Niederschrift anzufertigen. Hinsichtlich der einzelnen Prüfungsteile sind die folgenden Regelungen zu beachten.

2.5.1 Schriftliche Abiturprüfung

Die Aufgaben für die schriftliche Abiturprüfung werden landesweit zentral gestellt. Alle Aufgaben entsprechen den öffentlich zugänglichen Konstruktionsvorgaben und nutzen die fachspezifischen Operatoren. Beispiele für Abiturklausuren sind für die Schulen auf den Internetseiten des Schulministeriums abrufbar. Für die schriftliche Abiturprüfung enthalten die aufgabenbezogenen Unterlagen für die Lehrkraft jeweils Hinweise zu Aufgabenart und zugelassenen Hilfsmitteln, die Aufgabenstellung, die Materialgrundlage, die Bezüge zum Kernlehrplan und zu den Abiturvorgaben, die Vorgaben für die Bewertung der Schülerleistungen sowie den Bewertungsbogen zur Prüfungsarbeit. Die Anforderungen an die zu erbringenden Klausurleistungen werden durch das zentral gestellte kriterielle Bewertungsraster definiert. Die Bewertung erfolgt über Randkorrekturen sowie das ausgefüllte Bewertungsraster, mit dem die Gesamtleistung dokumentiert wird. Für die Berücksichtigung gehäufter Verstöße gegen die sprachliche Richtigkeit gelten die Regelungen aus Kapitel 3 des KLPs analog auch für die schriftliche Abiturprüfung.

2.5.2 Praktische Prüfung

Die praktische Prüfung erwächst aus dem Kursprofil und umfasst drei Prüfungsteile aus den zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen „Laufen, Springe, Werfen – Leichtathletik“ und „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele - Volleyball“. Neben der Prüfung der Profil gebenden Bewegungsfelder ist im dritten Prüfungsteil eine Ausdauerleistung zu erbringen. Form, Gestaltung und Bewertung der praktischen Prüfung richten sich nach den „Prüfungsanforderungen und Aufgabenbeispielen für die Bewertung der sportpraktischen Leistungen im Rahmen der Fachprüfung Sport als Abiturfach“ (gemäß aktuellem RdErl. des Ministeriums für Schule und Weiterbildung). Für die praktische Prüfung legt die Fachlehrkraft der Fachdezernentin bzw. dem Fachdezernenten der oberen Schulaufsichtsbehörde einen Vorschlag zur Durchführung und Bewertung der praktischen Prüfung vor. (KLP S. 60-62)

2.6 Facharbeiten

In der Qualifikationsphase wird nach Festlegung durch die Schule eine Klausur durch eine Facharbeit ersetzt. Facharbeiten dienen dazu, die Schülerinnen und Schüler mit den Prinzipien und Formen selbstständigen, wissenschaftspropädeutischen Lernens vertraut zu machen. Die Facharbeit ist eine umfangreichere schriftliche Hausarbeit und selbstständig zu verfassen. Umfang und Schwierigkeitsgrad der Facharbeit sind so zu gestalten, dass sie ihrer Wertigkeit im Rahmen des Beurteilungsbereichs „Schriftliche Arbeiten/Klausuren“ gerecht wird. Grundsätze der Leistungsbewertung von Facharbeiten regelt die Schule. (KLP S. 57–58)

3 Individuellen Förderung

Auf der verbindlichen Rechtsgrundlage des Schulgesetzes des Landes (§ 1) entscheidet die Fachkonferenz:

3.1 Grundsätze

Die Fachkonferenz des Conrad-von-Soest Gymnasiums beschließt organisatorische und methodische Möglichkeiten, die dann eingesetzt werden, wenn herausragende Begabungen und Stärken oder aber typische Lernschwierigkeiten oder Verhaltensauffälligkeiten (spezifische Ängste, Aggressionen, physische oder psychosoziale Defizite) im Sport auftreten:

- Maßnahmen zur äußeren Differenzierung (siehe besonderes Unterkapitel)
- fakultative oder verbindliche binnendifferenzierende Maßnahmen
- bei beobachtbaren Lernhemmnissen und Konflikten greift das Beratungskonzept durch Experten, die Streitschlichter, die Beratungslehrer
- bei vorhandenen besonderen Begabungen und Stärken werden Einsatz in Schulmannschaften, Helfersystemen oder Arbeitsgemeinschaften empfohlen.

3.2 Maßnahmen äußerer Differenzierung

Es werden folgende Vereinbarungen zur äußeren Differenzierung getroffen:

- in der Sek. II werden vielfältige Profilkurse, die die SuS wählen können, als Maßnahme zur Individualisierung durch äußere Differenzierung angeboten.

- Besonders begabte SuS werden nach Rücksprache für die (Unterstützung bei der) Betreuung von Schulsportmannschaften eingesetzt.

3.3 Anlassbezogene individuelle Förderung

Für den Fall besonderer Ereignisse, die den normalen Lernfortschritt Einzelner unterbrechen (z.B. längerfristige Erkrankung, Verletzungen, massiver Leistungseinbruch ...) plant und beschließt die FAKO geeignete Verfahrensweisen:

- verbindliche Aufgabenstellungen für nicht „aktiv“ am Unterricht teilnehmende SuS (z.B. Protokollführung, Beobachtungsaufgaben, diagnostische Fremdeinschätzung nach klaren Kriterien, vorbereitende Theorieelemente).
- die Organisation von Helfersystemen durch Mitschüler („Lerntandem“) zur „Wiedereingliederung“ nach Krankheit oder Verletzung.
- die Durchführung von teilgruppen-, jahrgangsstufen- oder klassenbezogene Maßnahmen zur Durchführung besonderer Schwerpunktsetzungen (Förderung der Schwimmfähigkeit, der Ausdauerleistungsfähigkeit ...).

4 Qualitätssicherung und Evaluation

Die Fachschaft Sport stellt jährlich in ihrer Sitzung zu Beginn des Schuljahres den Fortbildungsbedarf fest. Nachfolgend ist es Aufgabe der/des Fachvorsitzenden, ggf. zusammen mit dem/der Fortbildungsbeauftragten der Schule und der/dem Aufgabenfeldbeauftragten entsprechende Veranstaltungen zu organisieren. Als Rahmen hierfür gilt das allgemeine Fortbildungskonzept des Conrad-von-Soest Gymnasiums.

Die Fachkonferenz Sport engagiert sich für die **Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung** 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. Die Koordination für die Unterrichtsentwicklung der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne übernimmt der Fachvorsitz gemeinsam mit dem Kernteam Sport. Das Kernteam verpflichtet sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

5 Methodenkonzept

Das Fachcurriculum Sport ist in das Methodenkonzept des Conrad-von-Soest-Gymnasiums integriert.

6 Medienkonzept

Das Fachcurriculum Sport ist in das Medienkonzept des Conrad-von-Soest-Gymnasiums integriert.

7 Schulinterner Lehrplan Sport (Sek. II) - Einführungsphase

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

1	Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Fitnessgymnastik)
2	Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Dehnmethoden)
3	Diskus – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf Lernweg und persönlichen Erfolg bewerten.
4	Dreikampf (3000, Diskus, Weitsprung)
5	Verbesserung einer Wettkampftechnik und technischen und konditionellen Aspekten - Brustschwimmen
6	Synchronschwimmen für Einsteiger
7	Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Spielformen im Volleyball organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.
8	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	F	EF	6

Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Fitnessgymnastik)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: 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.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen Erarbeiten von Kriterien für ein Fitnessstraining</p>	<p>Methodische Entscheidungen Gruppenarbeit oder Stationskarten</p>	<p>Gegenstände optional: Step-Aerobic, Circuittraining, Aerobic, Rope skipping, Ausdauerprogramm)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Präsentation und Durchführung des erarbeiteten Programms unterrichtsbegleitend Aufgabenadäquate Gruppenarbeit (z.B. zielgerichtetes Üben oder kommunikative Zusammenhalt der Gruppen) Kognitive Beiträge (Referate etc.)</p>
<p>Fachbegriffe Arbeitsweisen des Muskels sowie Muskelaufbau (isometrisch, konzentrisch, exzentrisch) Agonist/Antagonist Kraftarten: Maximalkraft/ Schnellkraft/Reaktivkraft/ Kraftausdauer Belastungsparameter: Arbeitsweise/ Intensität/ Krafteinsatz/ Dauer/ Pause/ Gesamtumfang</p>			<p>punktuell: Bewertung der Präsentation, mögliche Kriterien: Steigerung von Ausdauer, Kraft oder Beweglichkeit Kriterien: Die Sache: Wurde zu Beginn der Präsentation die Station und die trainierte Muskelgruppe deutlich benannt?/War die Beschreibung zu der Station anschaulich und gut gegliedert?/ Waren die Erklärung sachlich richtig dargestellt? Die Personen: Haben die Präsentierenden die Aufmerksamkeit der Klasse abgewartet und in Ruhe eröffnet?/ Wurde klar, laut und deutlich, frei und in angemessenem Tempo gesprochen?/ War erkennbar, dass die Vortragenden sich gut vorbereitet haben?</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	F	EF	4

Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein (Dehnmethoden)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Dehnen als Bestandteil des Aufwärmens kennen- und verstehen lernen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partner- oder Gruppenarbeit: Dehnprogramme vorbereiten und durchführen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Dynamische/ Statisches Dehnen ausgewählter Muskelgruppen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>punktuell:</p> <p>Dehnübungen mit der Klasse durchführen anhand festgelegter Kriterien</p> <p>Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Arbeitsweisen des Muskels (Kontraktion/ Dehnung/ Verkürzung)</p> <p>Unterscheidung: statisches- und dynamisches Dehnen- Funktionalität</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	A	EF	ca. 10

Diskus – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf Lernweg und persönlichen Erfolg bewerten

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (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.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Inhalte: Erlernen des Standwurfes, Phasierung von leichtathletischen Bewegungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Schülerdemonstration Bildreihen Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung Vortrag: Basisliteratur <i>„Phasenstruktur von Bewegungen“</i> www.sportunterricht.de/lksport/bewegt1.html <i>„Ganzheitsmethode vs. Teillernmethode“</i> In: Meyer, J. (2017): Sport in der gymnasialen Oberstufe. Edition Schulsport Band 33. Aachen: Meyer & Meyer Verlag, S. 144-157)</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Sicherheitsaspekte Wurferfahrungen Übungen zur Gewöhnung an den Diskus (z.B. Fahrradmäntel, Schleuderbälle) Standwurf</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Technik punktuell: Techniküberprüfung (Standwurf) Kriterien: Bewegungsdynamik Bewegungsfluss Bewegungspräzision Einhaltung der Wettkampfbregeln</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Biomechanische Prinzipien: bspw. Koordination von Teilimpulsen; Bewegungsanalyse von azyklischer Bewegungen/Phasenstruktur von Bewegungen: Vorbereitungs- Haupt- und Endphase; Teillernmethode (Vereinfachungsstrategien/methodische Prinzipien)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, F	EF	ca. 10

Dreikampf (3000, Diskus, Weitsprung)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern
 (d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern.

Methodenkompetenz

(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.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Begleitung im UV (Ausdauerpass/ Trainingsplan)</p> <p>Selbstständige Organisation von einem Dreikampf</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Diskuswurf</p> <p>Weitsprung (Hangsprungtechnik)</p> <p>Ausdauertraining</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorischer Test</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Kognitive Beiträge (Referate: Vorstellung der Trainingsmethoden etc.),</p> <p>Selbststeuerung: Aufwärmen, Durchführung von Stundensequenzen</p> <p>punktuell:</p> <p>Bewertung nach Leistung (vgl. Tabelle im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>3000m: Tempo der Abiturprüfung (5000m) heruntergereicht auf die verkürzte Strecke (Orientierung für den Sport LK)</p> <p>Um 4 (Weitsprung) bzw. 5 (Diskus) Punkte vereinfachte Werte der gültigen Abiturtabelle</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Biomechanische Prinzipien, Phasenstruktur (zyklische- azyklische Bewegungen)</p> <p>Subj. /obj. Belastungskomponenten (Herzfrequenz: Pulsarten/ Borg- Skala); Arten von Ausdauer, Wirkungen des Ausdauertrainings auf den Organismus , Dauer- Intervall- und Wiederholungsmethode</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	D	EF	ca. 8

Verbesserung einer Wettkampftechnik und technischen und konditionellen Aspekten - Brustschwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

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

(d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern.

Methodenkompetenz

(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.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Phasierung der Brusttechnik, Wende und Startsprung</p> <p>Individuelle aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen,</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen zur Bewegungskorrektur</p>	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kippwende • Brusttechnik • eine Starttechnik • Zeitschwimmen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation und sportmotorischer Test</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>punktuell:</p> <p>Brusttechnik, Start- und Wendetechnik bewerten,</p> <p>100m Brust auf Zeit (vgl. Tabelle im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Arm- und Bein- und Beinkoordination/ Atmung/ Kopfeinsatz/ Wasserlage/ Biomechanik: Actio = Reactio / Gleit- und Zugphase</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser	B	EF	ca. 6

Synchronschwimmen für Einsteiger

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.

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

(b): Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

<p>Didaktische Entscheidungen Erarbeiten von Kriterien für die synchrone Bewegung</p>	<p>Methodische Entscheidungen Partnerarbeit, Gruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände Rhythmus, Raumwege, Synchronität</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Präsentation unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>punktuell: ggf. kurze Demonstration von Figuren und Formationen in Kleingruppen</p> <p>Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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)	C	EF	ca. 10

Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Spielformen im Volleyball organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

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.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vermittlung von Spaß am Volleyball</p> <p>Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit,</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>unterschiedliche Spielformen (2 gegen 2 / 3 gegen 3 / 4 gegen 4)</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Aufschlag und Annahme</p> <p>Zuspiel</p> <p>Angriff</p> <p>festgelegte Spielsituationen üben und situationsgerecht anwenden</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation im Spiel</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Technik im Spiel anwenden können, Antizipation des Ballflugs, vorgegebene Spielsituationen anwenden</p> <p>punktuell:</p> <p>2-2, 3-3, 4-4 oder 6-6</p> <p>Kriterien:</p> <p>regelgerechtes Spiel</p> <p>Technikleitbild</p> <p>Laufwege/ Absprachen „ICH-RUF“</p> <p>Aktive Grundstellung (Bereitschaft)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Antizipation</p> <p>Aktive Grundstellung</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	EF	ca. 10

Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern 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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(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).

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.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vermittlung von Spaß am Basketball, Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Teamwettbewerbe, Stationskarten</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Angriff/ Abwehr 3:3, Block stellen (z.B. Defence am Block), Manndeckung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend Spielverständnis aufzeigen können,</p> <p>Kooperations-, Leistungsbereitschaft</p> <p>Wurf-, Pass-, Dribbeltechniken anwenden können</p> <p>punktuell: Weitere taktische Aspekte beachten, z.B. Freilaufen, Anbieten, Raum nutzen, Mann-Mann-Verteidigung</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Give and Go/ Pick & Roll/ Cut & Fill/ Direkter- indirekter Block</p>			

8 Schulinterner Lehrplan Sport (Sek. II) - Qualifikationsphase

8.1 Unterrichtsvorhaben des Leistungskurses (Volleyball/Leichtathletik)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Volleyball

und

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)

Unterrichtsvorhaben

1	Leichtathletik – Ausdauer
2	Leichtathletik – Sprinten (100m, 200m und 400m)
3	Leichtathletik – Alternative leichtathletische Bewegungsformen (Hochsprung)
4	Leichtathletik – Springen – Weit und Hoch
5	Leichtathletik – Werfen (Speer, Kugel, Diskus)
6	Leichtathletik – Mehrkampf
7	Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen
8	Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken
9	Volleyball – Beachvolleyball
10	Volleyball – Taktik
11	Schwimmen
12	Skikomplettkurs

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D/F	LK	

Ausdauer

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen / Verfahren zur Leistungsdiagnostik

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens / Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit / Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns / Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern: gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern / gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz

(d): 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

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Schülerreferate</p>	<p>Gegenstände 800 und 1500m Lauf 5000m-Lauf als Abiturvorbereitung Trainingsmethoden Sportmotorische Testverfahren (z.B. Conconi, Shuttle-Run, Cooper-Test...)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft ggf. Schülerreferate</p>
<p>Fachbegriffe aerob, anaerob, Trainingsmethode (Dauer/Intervall/Wiederholungs/Wettkampfmethode), Trainingsprinzipien, Trainingsplanung, sportmotorische Testverfahren</p>			<p>punktuell: 5000m-Lauf Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 1 Minute erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	LK	

Sprinten (100m, 200m und 400m)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
<p>Fachbegriffe Laufschule (Lauf-ABC), Koordination, Trainingsmethoden, Schnellkraft, Explosivkraft, Tiefstart, Wettkampfregele</p>		<p>100m-Lauf 200m-Lauf 400m-Lauf Laufschule Tiefstart</p>	<p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell: Leistungsüberprüfung in frei gewählter Distanz (100, 200, 400)</p> <p>Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 2 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	A	LK	

Alternative leichtathletische Bewegungsformen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprung-mehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände „Hochsprung-Mehrkampf“ nach alternativen Wettkampfregele (z.B. Hochsprung relativ, Risiko- hochsprung, historische Sprung- techniken, einbei- nig/beidbeinig/rechts/links...)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbe- reitschaft Hilfsbereitschaft</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>Offenheit für alternative Bewe- gungsausführungen</p> <p>punktuell:</p> <p>Leistungsüberprüfung</p> <p>Kriterien:</p> <p>Leistungsüberprüfung nach im Unterricht erarbeiteten Kriterien</p>
<p>Fachbegriffe relative und absolute Leistung, individuelle körperliche Voraussetzungen, Bezugsnorm</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	A	LK	

Springen – Weit und Hoch

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Methodische Übungsreihen Phasenbilder Beobachtungsbogen</p>	<p>Gegenstände Weitsprung Hochsprung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell: Hochsprung: Technikdemonstration nach erarbeiteten Kriterien und ggf. Leistungsüberprüfung Weitsprung: Leistungsüberprüfung gemäß</p>
<p>Fachbegriffe Wettkampfregeln, biomechanische Prinzipien, Schersprung, Fosbury Flop, Laufsprung, Hangsprung, Schrittsprung</p>			<p>Kriterien: Technikdemonstration nach erarbeiteten Kriterien Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 2 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	A	LK	

Werfen (Speer, Kugel, Diskus)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

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

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Methodische Übungsreihen Phasenbilder Partnerkorrektur Sicherheitsbelehrung</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Kugelstoß Speerwurf Diskuswurf</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Sicherheits- und Wettkampffregeln, Drehstoßtechnik, Angleittechnik, Drehwurftechnik, Standwurf/ Drehwurf, 5er-Rhythmus, Wurfauslage, biomechanische Prinzipien</p>			<p>Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen Einhaltung der Sicherheitsregeln</p> <p>punktuell: Technikdemonstration und Leistungsüberprüfung</p> <p>Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale Leistungsüberprüfung gemäß Abiturvorgaben (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	LK	

Mehrkampf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: 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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Gruppenaufgabe</p>	<p>Gegenstände Planung, Vorbereitung, Durchführung und Auswertung eines leichtathletischen Mehrkampfes</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration punktuell: ggf. Leistungsbewertung Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß erleichterten Abiturvorgaben (vgl. Leistungstabellen im Anhang)</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	LK	

Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: 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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

<p>Didaktische Entscheidungen Wiederholung und Vertiefung bekannter Kompetenzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Phasenbilder Methodische Übungsreihen</p>	<p>Gegenstände Regeln, Netzauf und -abbau Oberes/Unteres Zuspiel Aufschlag von oben und unten Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell: Sichere Beherrschung der Grundtechniken im Spiel 3:3 Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe Regeln, Oberes Zuspiel, Unteres Zuspiel, Aufschlag von oben und von unten, Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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)	C	LK	

Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: 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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c): Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen/ Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngemungen sportlichen Handelns

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern/
(c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Urteilskompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngemungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbilder</p> <p>Taktikboard zum Spielverständnis</p> <p>ggf. Schülerreferate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Angriffsschlag</p> <p>Block</p> <p>grundlegende Angriff- und Abwehrtaktiken</p> <p>Spielpositionen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration von Angriffsschlag und Block in einer Übungsform ggf. Test</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen, Spielpositionen (z.B. Stellspieler, Mittelblocker...)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	B	LK	

Volleyball – Beachvolleyball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien/ Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Sachkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten).

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Regeln Veränderte Technikausführungen und Taktiken</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbe- reitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Regeln (in Abgrenzung zum Hallenvolleyball)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	LK	

Volleyball - Taktik

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Fairness und Aggression im Sport/□ Spielvermittlungsmodelle / Formen der Steuerung und Manipulation im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern / (e): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Gruppenaufgaben</p>	<p>Gegenstände Verschiedene Spielsysteme vertiefte Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell: Anwendung erlernter Techniken und Taktiken im Spiel 6:6 Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe Verschiedene Spielsysteme (z.B. vorgezogene IV), vertiefte Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	A	LK	4

Schwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse optimieren und in einer Schwimmart mindestens 800m unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit zurücklegen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

<p>Didaktische Entscheidungen Anknüpfung an bekannte Techniken aus der Sekundarstufe I / Einführungsphase</p>	<p>Methodische Entscheidungen Phasenbilder</p>	<p>Gegenstände 800m-Schwimmen als Vorbereitung zur Abiturprüfung Wiederholung und Vertiefung grundlegender Schwimmlagen einschließlich einer Technik zur Wende (Brust, Kraul, Rücken)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft punktuell: -</p>
<p>Fachbegriffe Startsprung, Wende, Gleitzug, Wechselzug, sportartspezifische Ausdauerfähigkeit, verschiedene Schwimmlagen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (BF/SB 8)	BF/SB 8: Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)	A / C	LK	4-6 Skitage

Skikomplettkurs

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 8: Die Schülerinnen und Schüler können die Techniken der ausgeübten Gleit-, Fahr- oder Rollsportart sicher ausführen und sie in unterschiedlichen Situationen (u.a. Gelände, Witterungsbedingungen) adäquat einsetzen

BF/SB 8: Die Schülerinnen und Schüler können in komplexen Situationen Fähigkeiten und Fertigkeiten mit dem jeweiligen Fahr-, Roll- oder Gleitgerät variabel und technisch anspruchsvoll demonstrieren

<p>Didaktische Entscheidungen Je nach Vorerfahrungen der SuS</p>	<p>Methodische Entscheidungen Kurzreferate</p>	<p>Gegenstände Skitechnik Verhalten aus der Piste (z.B. VIS-Regeln, DSV-Tipps) Sportverletzungen und Möglichkeiten zur Vermeidung/ Umgang mit Verletzungen auf der Piste Weitere Themenbereiche: Aufwärmen auf der Piste, Landeskunde, Ökologie, Massentourismus, Skisportdisziplinen,...</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Umsetzung vorgegebener Übungen, Einhaltung sicherheitsrelevanter Aspekte, gegenseitige Unterstützung im Lernprozess punktuell: Überprüfung der Skitechnik insbesondere des Parallelschwungs je nach Ausgangssituation in unterschiedlich steilem Gelände. ggf. synchrones Skifahren Referate Kriterien: Je nach Ausgangssituation (Vorerfahrung im Skifahren) und Rahmenbedingungen (z.B. Witterung, Sicht, Schneeverhältnisse,...). Mögliche Kriterien: parallele Skiführung, Hoch-Tief-Bewegung, Stockeinsatz, Außen- bzw. Talskibelastung, Grundposition</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

8.2 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Badminton/ Leichtathletik)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Badminton und Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)

Profilbildende Inhaltsfelder: **d: Leistung** und **e: Kooperation und Konkurrenz**

Unterrichtsvorhaben

- | | |
|----|--|
| 1 | Wiederholung der grundlegenden Schläge und Regeln im Badmintonspiel (Einzel) |
| 2 | Ich gewinne das Spiel – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel |
| 3 | Wir spielen zu zweit – Einführung & Taktik des Doppelspiels |
| 4 | Wir organisieren ein Turnier – Vorbereitung und Durchführung verschiedener Turnierformen |
| 5 | Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf |
| 6 | Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung |
| 7 | Vom Straddle zum Flop - Hochsprung |
| 8 | Mehrkampf und Sprint |
| 9 | ...mit Netz, aber ohne Schläger – Volleyball |
| 10 | Ballkorobics |

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 14

Wiederholung der grundlegenden Schläge und Regeln im Badmintonspiel (Einzel)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen handlungsorientierter Unterricht sichere Beherrschung zentraler technischer Fertigkeiten als Grundlage für weitere technisch-taktische Schwerpunkte in den kommenden UV</p>	<p>Methodische Entscheidungen z.B. Referate zur den einzelnen Schläge mit Übungsformen</p>	<p>Gegenstände Aufschlag, Clear, Drop, Smash Badminton-Regeln (Einzel)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend z.B. Vorstellung von Referaten zu den Schlägen Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: Technikdemonstration Kriterien: Kriteriengeleitete Überprüfung der Technik in Spielformen (z.B. Präzision, Flugbahn,...)</p>
<p>Fachbegriffe Aufschlag, Smash, Drop, Clear, longline, cross, Feldeinteilung (Vorder-, Mittel und Hinterfeld), Regelkunde in Abgrenzung von Doppel und Einzel</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 14

Ich gewinne das Spiel – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Vertiefung zuvor erworbenen Wissens und zuvor erarbeiteter Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Anwendung in zunehmend komplexer werdenden Spielsituationen (Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren)</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Rückhand- bzw. Unterhandschläge; Variation bekannter Schläge (z.B. kurzer und langer Aufschlag, Unterhand- und Überkopfclear)</p> <p>Spiel am Netz: Heben (Stechen) und Töten</p> <p>Einzeltaktik</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen / gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>bekannte Schläge (Clear etc.) in Rückhand und Unterhand, (Schnitt-)Drop, Heben, taktische Grundregeln im Einzel</p>			<p>Anwendung der Schläge und Taktik im Spiel 1:1</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Taktik- und Technikvorgaben</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 14

Wir spielen zu zweit – Einführung & Taktik des Doppelspiels

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

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

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>bekannte Übungs- und Spielzusammenhänge werden auf eine neue Spielsituation übertragen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>ggf. Referat zum Thema Entstehung von Emotionen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Regeln des Doppelspiels (Aufschlagwechsel, Feldgröße)</p> <p>Seite-Seite-bzw. Vorne-Hinten-Stellung (Angriff- bzw. Verteidigungsstellung) (Stichwort: Kompassnadel)</p> <p>Anwendung bekannter Schläge im Spiel</p> <p>Triebtheoretisches Modell nach Freud</p> <p>oder Lorenz, Frustrations-Aggressions-Theorie, Lerntheoretischer Ansatz oder Sozialisationstheoretischer Ansatz nach Heitmeyer mit Bezug zum Sport</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Anwendung der Doppeltaktik (2:2) im Spiel</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Kriterien (z.B. verschiedene Stellungen je nach Spielsituation)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Regeln des Doppelspiels, Angriff- und Verteidigungsstellung, Modelle zur Entstehung von Aggression im Sport</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E	GK	ca. 14

Wir organisieren ein Turnier – Vorbereitung und Durchführung verschiedener Turnierformen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Motivationaler Abschluss der Unterrichtsvorhaben Badminton mit dem Ziel, erlernte Techniken und Taktiken in einem wettkampforientierten Zielspiel anzuwenden und zu festigen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit oder Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Verschiedene Turnierformen (Einzelturnier, Doppelturnier, Mannschaftsturnier, Turnier ohne Sieger)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Turnierformen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Turnierformen, Unterscheidung zwischen pädagogischen, sozialen oder normierten Bezugsnormen</p>			<p>Unterstützung der Turnierabläufe</p> <p>Einbringen eigener Fähigkeiten in die Gruppe</p> <p>punktuell:</p> <p>Vorstellung, Organisation und Reflexion der Turnierformen in Kleingruppen</p> <p>Kriterien:</p> <p>Präsentation und Organisation von Turnierformen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, E	GK	ca. 14

Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p>Methodische Entscheidungen Nutzung unterschiedliche Wurfgerä- te, methodische Übungsrei- he</p>	<p>Gegenstände z.B. Griffarten, Wurf- schule, 3er und 5er Rhythmus</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration + sportmotori- sches Testverfahren unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbe- reitschaft</p>
<p>Fachbegriffe z.B. zyklische und azyklische Bewegungen im Anlauf; Impulsschritt, Wurfauslage, Stemmbein</p>			<p>Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen Einhaltung der Sicherheitsregeln punktuell: Technikdemonstration von Wurf- oder Stoß und ggf. Berücksichti- gung der Weite Weite: um 4 Notenpunkte er- leichterte Abiturvorgaben Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang Kriterien: im Unterricht erarbeitete Tech- nikmerkmale</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D, F	GK	ca. 14

Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Trainingstagebuch unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsparameter (Dauer, Dichte, Häufigkeit, Intensität und Umfang) ggf. mit Hilfe einer App</p> <p>spielerisches Ausdauertraining</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Pulsmessung</p> <p>Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode, Fahrtspiel, spielerische Ausdauertraining)</p> <p>Trainingsprinzipien am Beispiel des Ausdauerlaufens</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft;</p> <p>Mitarbeit in Theoriephasen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Definition Ausdauer, aerobe und anaerobe Belastung, Trainingsprinzipien und -methoden</p>			<p>punktuell:</p> <p>5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	GK	ca. 14

Vom Straddle zum Flop - Hochsprung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

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 Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Berücksichtigung unterschiedlicher Vorerfahrungen, methodische Übungsreihe zu einzelnen Phasen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partnerbeobachtungen z.B. mit Hilfe eines Beobachtungsbogens oder Videofeedback</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Fosburyflop</p> <p>Phasen des motorischen Lernens (Grob-, Fein- und Feinstkoordination)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Grob-, Fein- und Feinstkoordination, Sprungbein, Schwungbein</p>			<p>Hochsprung unter Berücksichtigung der Technik und Leistung (Höhe) (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben) → Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p>Kriterien:</p> <p>Anlauf: Erst gradliniger, später bogenförmiger Anlauf, Anlauf ist tempo-steigernd; Kurvenlage des Körpers</p> <p>Absprung: Absprung mit dem lattenfernen Bein; von der Latte weg gerichtete Schwungbeinbewegung</p> <p>Steigen: Kurzes Beibehalten der Absprungsfigur; Körperdrehung um die Längsachse und Kippen zur Latte</p> <p>Floppen, Brückenposition oberhalb der Latte</p> <p>Landung: Landung in der L-Position</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, E	GK	ca. 14

Mehrkampf und Sprint

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: 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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekann- ten</p>	<p>Methodische Entscheidungen Ggf. Partnerbeobachtung Selbststeuerung</p>	<p>Gegenstände Umgang mit Startblöcken und Starterklappe Koordination / Lauf ABC Phasen des Sprints ggf. Sportabzeichen (Mehrkampf- leistungen)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend Organisation eines Wettkampfes</p> <p>punktuell: Mehrkampf (Organisation, Durch- führung): 100m, Hochsprung, Speer o. Kugel, Ausdauer (auf Leistung) Leistungsbewertung gemäß er- leichterter Abiturtabelle (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien: siehe Anhang</p>
<p>Fachbegriffe Lauf ABC (Fußgelenksarbeit, Kniehebellauf), Koordination</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	GK	ca. 12

Volleyball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>bekannte und anerkannte Zusammenhänge auf einen neuen Lernbereich übertragen und neue Bewegungserfahrungen sammeln</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen (Partnerbeobachtung)</p> <p>methodische Reihe</p> <p>Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Wiederholung der Grundfertigkeiten (Pritschen, Baggern, Aufschlag)</p> <p>Wiederholung der Regeln und Aufstellung</p> <p>Anwendung im Spiel 6:6</p> <p>ggf. Einführung von Angriffsschlag und Block</p> <p>ggf. Planung bzw. Unterstützung des Volleyballturniers</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>punktuell:</p> <p>ggf. Techniküberprüfung des Angriffsschlages in einer Übungsform</p> <p>Regelgerechtes Spiel 6:6 oder 4:4</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>oberes und unteres Zuspiel, Block, Angriffsschlag, Regelkunde, Angriffssicherung, Blocksicherung</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	B, E	GK	ca. 10

BallKoRobics – Koordinations- und Fitnessstraining in einer Bewegungsgestaltung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

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

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Nutzung bekannter Zusammenhänge in neuen und ungewohnten Lernumgebungen mit dem Ziel das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und Bewegungsvorstellungen zu ergänzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Je nach Neigungen: z.B. Basketball, Fußball, Volleyball,...</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen</p> <p>Auseinandersetzung mit einem unbekanntem Unterrichtsthema</p> <p>punktuell:</p> <p>Präsentation einer Gruppenchoreographie)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht behandelte Gestaltungskriterien</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gestaltungskriterien, Koordinative Fähigkeiten (z.B. Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,...)</p>			

8.3 Übersicht Qualifikationsphase Sport Grundkurs

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Fußball und **Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)**

Profilbildende Inhaltsfelder: **d: Leistung** und **e: Kooperation und Konkurrenz**

Unterrichtsvorhaben

- | | |
|----|--|
| 1 | Verbesserung der koordinativen, technischen und individualtaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Fußball |
| 2 | Hinführung zum großen Spiel - Erkennen von grundlegenden fußballspezifischen Spielsituationen und Erarbeitung von gruppentaktischen Verhaltensweisen |
| 3 | Futsal – sinnvolle Alternative für den Hallenfußball? |
| 4 | Funino – Spielformen zur Steigerung von Kreativität und Spielintelligenz |
| 5 | Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf |
| 6 | Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung |
| 7 | Vom Straddle zum Flop - Hochsprung |
| 8 | Mehrkampf und Sprint |
| 9 | Tischtennis – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel |
| 10 | Ballkorobics |

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	GK	ca. 16

Verbesserung der koordinativen, technischen und individualtaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Fußball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert 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 die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Handlungsorientierter Unterricht, sichere Beherrschung koordinativer, technischer und individualtaktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten als Voraussetzung für weitere Unterrichtsvorhaben.</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Kleingruppenarbeit, basierend auf vorgegebenen und selbstständig erarbeiteten Übungsformen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Koordinative Fähigkeiten nach Hirtz</p> <p>Technische Fertigkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ballan- und mitnahme, • Dribbeln, • Finten, • Passen, • Torschuss <p>Individualtaktische Fähigkeiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1 vs. 1 offensiv & defensiv 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>z.B. Vorstellung von Referaten, Anstrengungsbereitschaft, Beobachtungen der allg. motorischen Grundfertigkeiten bei der Umsetzung verschiedener Übungsformen.</p> <p>punktuell:</p> <p>Technikdemonstration und 1 vs. 1</p> <p>Kriterien:</p> <p>Werden gemeinsam erarbeitet.</p> <p>(z.B. offene Spielstellung, enge Ballführung, Pass in Bewegungsrichtung usw.)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Reaktionsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, offene Spielstellung, Auftaktbewegung, Tempodribbling, ballhaltendes Dribbling, Körpertäuschung, Übersteiger usw.</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	D, E	GK	ca. 12

Hinführung zum großen Spiel - Erkennen von grundlegenden fußballspezifischen Spielsituationen und Erarbeitung von gruppentaktischen Verhaltensweisen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

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

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung
Vertiefung zuvor erworbenen Wissens und zuvor erarbeiteter Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Anwendung in zunehmend komplexer werdenden Spielsituationen	Spielgemäßes Konzept, Beobachtung von gruppentaktischem Verhalten im 4 vs. 4 bzw. 6 vs. 6	z.B. In Unterzahl verteidigen/angreifen, in Gleichzahl verteidigen/angreifen, frontales Doppeln, situatives Doppeln usw.	Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Spielformen und Mitarbeit bei der Analyse von gruppentaktischem Verhalten
Fachbegriffe Verschieben, pressen, hinterlaufen, doppeln, uvm.			punktuell: Anwendung von gruppentaktischem Verhalten in Spielform 4 vs. 4 bzw. 6 vs. 6 Kriterien: Im Unterricht erarbeitetes wiedererkennbares taktisches Verhalten.

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	GK	ca. 12

Futsal – sinnvolle Alternative für den Hallenfußball?

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Erarbeitung der spezifischen Merkmale des Futsals im Vergleich zum Hallenfußball, dabei Vertiefung zuvor erworbener technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Anwendung in Spielsituationen, bekannte Spielzusammenhänge werden auf ein neues Spiel übertragen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Organisation, Regeln, Unterschiede, Intention, Bewertung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft; Umsetzung von erlerntem individualtaktischen Verhalten; Berücksichtigung der Futsalregeln, Anwendung technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten, mündliche Mitarbeit, ggf. Referat.</p> <p>punktuell: Überprüfung von technischen sowie taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten in der Spielform</p> <p>Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Kriterien. (z.B. sichere Anwendung der Regeln, Technik, Taktik etc.)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Futsal</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, C	GK	12

Funino – Spielformen zur Steigerung von Kreativität und Spielintelligenz

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

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

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

(c): 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 anwenden.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

(c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Komplexe Spielsituationen werden in kleinen Spielformen intelligent und kreativ gelöst.</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Erarbeitung der spezifischen Merkmale des Funino, dabei situationsangemessenes Verhalten in komplexen Spielsituationen, Entwicklung von Kreativität und Spielintelligenz, Risikosituationen eingehen – Verantwortung übernehmen.</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft;</p> <p>Umsetzung verschiedener Funinospielformen mit kreativen und intelligenten Lösungen, Einhaltung der Regeln, Optimale Anwendung technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten, mündliche Mitarbeit, ggf. Referat</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Funino, sinken, pressen, Spielintelligenz, Spielverständnis, Handlungskompetenz, usw.</p>			<p>punktuell:</p> <p>Überprüfung von Spielverständnis und Handlungskompetenz in der Spielform</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Kriterien. (z.B. Blick für den Mitspieler, Sinken oder pressen, Verhalten abwägen in unterschiedlichen Spielsituationen, etc.)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, E	GK	ca. 14

Stoß- oder Wurf: Kugelstoßen oder Speerwurf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p>Methodische Entscheidungen Nutzung unterschiedliche Wurfgerätee, methodische Übungsreihe</p>	<p>Gegenstände z.B. Griffarten, Wurfchule, 3er und 5er Rhythmus</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration + sportmotorisches Testverfahren unterrichtsbegleitend Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p>
<p>Fachbegriffe z.B. zyklische und azyklische Bewegungen im Anlauf; Impulsschritt, Wurfauslage, Stemmbein</p>			<p>Hilfsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen Einhaltung der Sicherheitsregeln punktuell: Technikdemonstration von Wurf- oder Stoß und/oder Berücksichtigung der Weite Weite: um 4 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang Kriterien: im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	D, F	GK	ca. 14

Hör auf dein Herz – ausdauerndes Laufen unter leistungs- und gesundheitsspezifischer Betrachtung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Trainingstagebuch unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsparameter (Dauer, Dichte, Häufigkeit, Intensität und Umfang) ggf. mit Hilfe einer App</p> <p>spielerisches Ausdauertraining</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Pulsmessung</p> <p>Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode, Fahrtspiel, spielerische Ausdauer-schulung)</p> <p>Trainingsprinzipien am Beispiel des Ausdauerlaufens</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungs-bereitschaft;</p> <p>Mitarbeit in Theoriephasen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Definition Ausdauer, aerobe und anaerobe Belastung, Trainingsprinzipien und -methoden</p>			<p>punktuell:</p> <p>5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	GK	ca. 14

Vom Straddle zum Flop - Hochsprung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

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 Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Berücksichtigung unterschiedlicher Vorerfahrungen, methodische Übungsreihe zu einzelnen Phasen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Partnerbeobachtungen z.B. mit Hilfe eines Beobachtungsbogens oder Videofeedback</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Fosburyflop</p> <p>Phasen des motorischen Lernens (Grob-, Fein- und Feinstkoordination)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen punktuell:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Grob-, Fein- und Feinstkoordination, Sprungbein, Schwungbein</p>			<p>Hochsprung unter Berücksichtigung der Technik und Leistung (Höhe) (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben) → Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p>Kriterien:</p> <p>Anlauf: Erst gradliniger, später bogenförmiger Anlauf, Anlauf ist temposteigernd; Kurvenlage des Körpers</p> <p>Absprung: Absprung mit dem latentefernen Bein; von der Latte weg gerichtete Schwungbeinbewegung</p> <p>Steigen: Kurzes Beibehalten der Absprungsfigur; Körperdrehung um die Längsachse und Kippen zur Latte</p> <p>Floppen, Brückenposition oberhalb der Latte</p> <p>Landung: Landung in der L-Position</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, E	GK	ca. 14

Mehrkampf und Sprint

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

BF/SB 3: 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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekann- ten</p>	<p>Methodische Entscheidungen Ggf. Partnerbeobachtung Selbststeuerung</p>	<p>Gegenstände Umgang mit Startblöcken und Starterklappe Koordination / Lauf ABC Phasen des Sprints ggf. Sportabzeichen (Mehrkampf- leistungen)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend Organisation eines Wettkampfes punktuell:</p>
<p>Fachbegriffe Lauf ABC (Fußgelenksarbeit, Kniehebellauf), Koordination,</p>			<p>Mehrkampf (Organisation, Durch- führung): 100m, Hochsprung, Speer o. Kugel, Ausdauer (auf Leistung) Leistungsbewertung gemäß er- leichterter Abiturtabelle (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang) Kriterien: siehe Anhang</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E, D	GK	ca. 12

Tischtennis – Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen im Einzelspiel

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Anwendung verschiedener Techniken und Taktiken in Einzelspielformen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept, Beobachtungsbögen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Schlagtechniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Topspin, • Unterschnitt, • Schuss, • Schmetterball, • Ballonabwehr, • Block, • Konter, • Schupfball <p>Einzelspiel- und Turnierformen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Spielformen und Techniken, gegenseitige Unterstützung in Übungsphasen.</p> <p>punktuell:</p> <p>Anwendung der Schlagtechniken im Spiel 1 vs. 1</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Topspin, Unterschnitt, Schuss, Schmetterball, Ballonabwehr, Block, Konter, Schupfball usw.</p>			<p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	B, E	GK	ca. 10

BallKoRobics – Koordinations- und Fitnessstraining in einer Bewegungsgestaltung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

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

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Nutzung bekannter Zusammenhänge in neuen und ungewohnten Lernumgebungen mit dem Ziel das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und Bewegungsvorstellungen zu ergänzen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenarbeit</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Je nach Neigungen: z.B. Basketball, Fußball, Volleyball,...</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen</p> <p>Auseinandersetzung mit einem unbekanntem Unterrichtsthema</p> <p>punktuell:</p> <p>Präsentation einer Gruppenchoreographie)</p> <p>Kriterien:</p> <p>Im Unterricht behandelte Gestaltungskriterien</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gestaltungskriterien, Koordinative Fähigkeiten (z.B. Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,...)</p>			

9.4 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Basketball/ Schwimmen)

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – Basketball und Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)

Profilbildende Inhaltsfelder: **d: Leistung** und **e: Kooperation und Konkurrenz**

Unterrichtsvorhaben

- 1 Wiederholung der grundlegenden Techniken (Dribbeln, Passen, Standwurf, Sprungwurf und Korbleger) im Basketball
- 2 Erarbeitung und Vertiefung des individual- und gruppentaktischen Abwehr- und Angriffsverhalten im Basketball
- 3 Erarbeitung bzw. Vertiefung des Positionsspiels im Basketball
- 4 Let's play Ball – Erarbeitung und Vertiefung der grundlegenden Spielfähigkeit beim Streetball

- 5 Sportschwimmen: Wiederholung der grundlegenden Schwimmlagen Brust, Kraul und Rücken unter Berücksichtigung der Start- und Wendetechniken
- 6 Erlernen einer neuen Schwimmart (Schmetterling) und Anwendung im Lagenschwimmen
- 7 Ausdauerndes und gesundheitsorientiertes Schwimmen
- 8 Einführung in das Synchronschwimmen
- 9 Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen

- 10 Erarbeitung und Vertiefung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Badminton

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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)	A, E	GK	12

Wiederholung der grundlegenden Techniken (Dribbeln, Passen, Standwurf, Sprungwurf und Korbleger) im Basketball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen
 Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbeschreibungen Lernvideos Beobachtungsbögen Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Dribbeln Passen Standwurf Sprungwurf Korbleger</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Phasenbeschreibungen; Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell: Technikdemonstration</p> <p>Kriterien: siehe Phasenbeschreibung</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Passarten (Druck-, Boden-, Überkopfpas)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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	GK	12

Erarbeitung und Vertiefung des individual- und gruppentaktischen Abwehr- und Angriffsverhalten im Basketball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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.

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Spielfelddarstellungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände Abwehr- und Angriffsverhalten</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen; Abwehr- und Angriffsverhalten</p> <p>punktuell: Spielsituationen</p>
<p>Fachbegriffe Manndeckung vs. Raumdeckung; Zone; Give an Go; Block stellen und Fastbreak</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, D	GK	12

Erarbeitung bzw. Vertiefung des Positionsspiels im Basketball

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport
 Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
 (d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielfelddarstellungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Positionsspiel</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen;</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Positionen: Center, Power-Forward, Small-Forward, Shooting-Guard und Point-Guard</p>			<p>Einhalten bzw. Umsetzen des Positionsspiels</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielsituation (5:5)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische 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, E	GK	12

Let's play Ball – Erarbeitung und Vertiefung der grundlegenden Spielfähigkeit beim Streetball

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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.

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Spielfelddarstellungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Streetball</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell:</p> <p>Spielsituationen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Manndeckung vs. Raumdeckung</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	D, A	GK	18

Sportschwimmen: Wiederholung der grundlegenden Schwimmlagen Brust, Kraul und Rücken unter Berücksichtigung der Start- und Wendetechniken

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
 BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
 Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
 (a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Beobachtungsbögen Phasenbeschreibungen Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Kraul Brust Rücken inklusive Start- und Wendetechniken</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Phasenbeschreibungen Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p>punktuell: Technikdemonstration 35m inklusive Start und Wende 100m Freistiel (Leistungstabellen Schwimmen im Anhang)</p> <p>Kriterien: siehe Phasenbeschreibungen (Quelle: https://www.sicherschule.de/schwimmhalle/_docs/schwimmhalle2.pdf)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Auftrieb, Vortrieb, Wasserwiderstand, Roll- und Drehwende, Phasen sportlicher Bewegung (Meinel), deduktive und induktive Lernmodelle</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	D, E	GK	12

Erlernen einer neuen Schwimmart (Schmetterling) und Anwendung im Lagenschwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung
 Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Beobachtungsbögen individuelle „Lernbögen“ Phasenbeschreibungen</p>	<p>Gegenstände Schmetterling Lagenschwimmen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p>
<p>Fachbegriffe Vortrieb, Auftrieb, Wasserwiderstand, Schmetterling, Lagen</p>			<p>Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: 100m Lagen (Leistungstabelle Schwimmen im Anhang) 15m Technikdemonstration Schmetterling Kriterien: Vorgaben Lagenschwimmen Phasenbeschreibungen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	F, D	GK	12

Ausdauerndes und gesundheitsorientiertes Schwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

(d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern beurteilen.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Referate Trainingstagebücher</p>	<p>Gegenstände Ausdauerndes Schwimmen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend Referate Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p>
<p>Fachbegriffe Koordinative Fähigkeiten, physiologische Anpassungsprozesse (langfristig und kurzfristig), Formen der Ausdauer</p>			<p>punktuell: Ausdauerüberprüfung 800m Kriterien: Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben) (siehe Anhang)</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser	B, E	GK	12

Einführung in das Synchronschwimmen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien

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

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Partnergruppen (Beobachtungsbögen) Bewegungsaufgaben in der Gruppe Erarbeitung von Kriterien für die Gruppenpräsentation</p>	<p>Gegenstände Synchronschwimmen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Präsentation unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: Abschlusspräsentation in der Gruppe Kriterien: Erarbeitete Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau)</p>
<p>Fachbegriffe Ausführungs- und Gestaltungskriterien, kriteriengeleitete Rückmeldung, Grundbegriffe Synchronschwimmen</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)	BF/SB 4: Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen	C, D	GK	12

Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können komplexe Aufgabenstellungen beim Tauchen (auch mit Maske, Schnorchel und Flossen) unter Berücksichtigung der eigenen Leistungsfähigkeit und der anderer planen und bewältigen

BF/SB 4: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

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

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(c): 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 anwenden.

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Tauchparcours Gruppenaufgaben</p>	<p>Gegenstände Tauchen mit und ohne Hilfsmittel</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration</p>
<p>Fachbegriffe Atmung, Herz-Kreislauf-System, konditionelle Fähigkeiten, Druckbedingungen, Wagnis und Risiko, Sicherheitsmaßnahmen</p>			<p>unterrichtsbegleitend Verantwortungsvoller Umgang mit Risiken und mit den Emotionen der Mitschüler bewusst umgehen Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen punktuell: Tauchaufgabe: Flossen unter Wasser anziehen, Maske und Schnorchel ausblasen und eine möglichst weite Strecke tauchen</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	A, E	GK	12

Erarbeitung und Vertiefung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Badminton

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

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

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

- (a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
 (e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz

- (a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
 (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Phasenbeschreibungen Beobachtungsbögen Lernvideos Videoanalyse Referate</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Formen des Aufschlags, Clears, Drops und Smash</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend Phasenbeschreibungen</p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Koordinative Fähigkeiten; Pro- und Supination</p>			<p>punktuell: Technikdemonstration</p>

8.5 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses („Gym.-Tanz/ Fitness“)

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)
und
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)

Profilbildende Inhaltsfelder: **b: Bewegungsgestaltung** und **f: Gesundheit**

Unterrichtsvorhaben

- 1 Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden
- 2 Dehnen und Kräftigen: Funktionelle Dehn- und Kräftigungsübungen sowie unterschiedliche Dehnmethoden erlernen, vorstellen und Mitschüler anleiten
- 3 Alles im grünen Bereich: Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. Laufen, Radfahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern
- 4 Wenn schon Muckibude, dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen
- 5 Stress und Anspannung effektiv lösen – Yoga und/oder Prinzipien der progressiven Muskelentspannung z.B. nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen
- 6 Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

- 7 Bewegungsgestaltung: Vom Nachmachen zum freien Gestalten
- 8 Die perfekte Welle - eine Bewegungskomposition mit dem Handgerät Band

- 9 Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation einer Show (z.B. Jumpstyle, Jive, Rock'n Roll ...) nach selbst gesteuertem Lernen mithilfe einer Lerntheke / eines Lernbaukasten
- 10 Der mit dem Ball tanzt: Durch BallKoRobics die koordinativen Fähigkeiten verbessern
- 11 Gänge und Gesten – Alltägliche Bewegungen und/oder Alltagssituationen (z.B. „shoppen“) durch Improvisation unter Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen
- 12 Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	D, F	GK	ca. 12-14

Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen

Urteilskompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Schülervorträge zu den theoretischen Lerninhalten, Erlernen von Step-Schritten in Kleingruppen /PA Erarbeitung von Minichoreografien in der Kleingruppen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Pulsmessung Belastungsparameter Step-Regeln, Step-Schritte, Low-Impact, High-Impact Armbewegungen, Aufbau eines Step-Programms Entwicklung von Step-Programmen für unterschiedliche Fitness-Level</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Präsentation unterrichtsbegleitend Lern- und Anstrengungsbereitschaft punktuell: Demonstration einer Kleingruppenchoreografie Kriterien: Im Unterricht erarbeitete Kriterien z.B. Wird der angestrebte Fitness-Level durch eine geeignete Auswahl von Step-Schritten erreicht?</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Fitness, Kondition, Belastungsfaktoren, Belastungssteuerung in der Step-Aerobic: Pulsfrequenzmessung und Trainings-Herzfrequenzen), Training, Trainingsprinzipien, progressive Belastung, Superkompensation</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	F	GK	10

Dehnen und Kräftigen: Funktionelle Dehn- und Kräftigungsübungen sowie unterschiedliche Dehnmethoden erlernen, vorstellen und Mitschüler anleiten

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Erarbeitung: Top 10 Dehnen Top 10 Kräftigen</p>	<p>Gegenstände Fitnessfaktor Beweglichkeit, Fitnessfaktor Kraft: Schutz und Stabilisation der Gelenke und der Wirbelsäule, Dehnmethoden, Wann ist Dehnen /Stretching sinnvoll? dynamisches und statisches Krafttraining, Bedeutung der Rumpfstabilisation (evtl. Einsatz von Fitnessapps</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Demonstration unterrichtsbegleitend Lern- und Anstrengungsbereitschaft Gegenseitige Unterstützung, Beobachtung und Korrektur Referate</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	D, F	GK	ca. 12-15

Alles im grünen Bereich: Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. Laufen, Radfahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d): Leistung - Trainingsplanung und -organisation
 Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Sachkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz

(d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

(d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Spielformen zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit, Dauerlauf, evtl. ausdauerndes Schwimmen oder Radfahren</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren unterrichtsbegleitend</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>punktuell:</p> <p>Dauer-/Geländelauf</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Ausdauer Definition, Arten der Ausdauer ; Trainingsmethoden : Dauermethode, Intervallmethode, Trainingsplan</p>			<p>Kriterien:</p> <p>In Anlehnung an die Anforderungen im Bereich Ausdauer für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens für Mädchen (16/17 Jahre) gilt für alle Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 75min = 1 • 60min = 2 • 45min = 3 • 30 Min = 4 • 15 Min = 5 • <15 Minuten = 6

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	F	GK	ca. 8-10

Wenn schon Muckibude, dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteinsatz bewusst für sich selbst nutzen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Besuch und Training in einem Fitnessstudio</p>	<p>Gegenstände Training in einem Fitnessstudio <i>oder</i> „Die Turnhalle als Fitnessstudio“ Was unterscheidet ein gutes von einem schlechten Fitnessstudio?</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend Lern- und Anstrengungsbereitschaft</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	F	GK	ca. 8

Stress und Anspannung effektiv lösen – Yoga und/oder Prinzipien der progressiven Muskelentspannung z.B. nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Methodenkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Gruppenpuzzle zur Erarbeitung einzelner Yoga-Übungen, Gestaltung einer Yogasequenz in der Kleingruppe Schülervorträge zu Gesundheitsmodellen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Theorie:</p> <p>Yoga-Ursprung moderne Yoga-Formen Yoga und Gesundheit evtl. Technik der progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen</p> <p>Praxis:</p> <p>Yoga-Haltung, Yoga-Übungen , Übungsfolgen zu ausgewählten Themen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Lern- und Anstrengungsbereitschaft: Bereitwilligkeit sich auf ungewohnte Unterrichtsinhalte einzulassen</p> <p>punktuell:</p> <p>Demonstration und Anleitung von Yogaübungen / Übungsfolgen Referate</p> <p>Kriterien:</p>
<p>Fachbegriffe</p> <p>Gesundheit, Gesundheitsmodelle: Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell, Basis-Asanas</p>			<p>Bewegungspräzision, Verbinden von Atem und Bewegen, Moderation (auch: Ansagen von Aus- und Einatmen), Bewegungskorrektur</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	F	GK	ca. 8-12

Tanz dich fit – neue Fitnessstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f): Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Sachkompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Durchführung einer/ mehrerer Zumbastunden mit einer Zumba-Instructorin in der Schule oder im Fitnessstudio</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Zumba - ein Fitnesskonzept Geschichte</p> <p>Musik und Choreografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrirte für Merengue - Grundschrirte für Salsa - Grundschrirte für Cumbia - Grundschrirte für Reggaeton <p>Erstellen einer Choreografie zu einem selbstgewählten Lied</p> <ul style="list-style-type: none"> - Analyse der Musikstruktur (visuelle Darstellungsweise) - Musikinterpretation 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Lern- und Anstrengungsbereitschaft, Selbstständigkeit und Zuverlässigkeit in der Planung und Umsetzung der Gestaltung</p> <p>punktuell:</p> <p>Gestaltung einer Zumbachoreografie zu entsprechender Zumbamusik</p> <p>Kriterien:</p> <p>im Unterricht erarbeitete Kriterien z.B. Umsetzung der Musik in zur Musik passende Zumbaschrirte + Armbewegungen</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Tanz	B	GK	ca. 14

Bewegungsgestaltung: Vom Nachmachen zum freien Gestalten

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegunghandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p style="text-align: center;">Gegenstände</p> <p><i>Theorie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterscheidung Zweckbewegung und Formbewegung - Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau - Entwicklung eines Bewertungsbogens <p><i>Praxis:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Nachmachen einer vorgegebenen Videosequenz (+ Bewegungsbeschreibung) - Üben der Sequenz - Erarbeitung der Gestaltungskriterien (AB) anhand der Videosequenz - Umgestaltung der eingeübten Videosequenz durch Variation eines oder zweier Gestaltungskriterien - Üben der umgestalteten Sequenz - Präsentation der umgestalteten Sequenz - Erarbeitung einer Gestaltung zu einem abstrakten Gestaltungsthema, z.B. eckig - rund) - gemeinsame Bewertung anhand eines Bewertungsbogens 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend Lern- und Übungsbereitschaft</p> <p>punktuell: Demonstration einer Bewegungssequenz</p> <p>Kriterien: Erstellen eines Beobachtungsbogens nach im Unterricht erarbeiteten Kriterien</p>
<p>Fachbegriffe Zweckbewegung, Formbewegung, Gestaltungskriterien</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Gymnastik	B, C	GK	ca. 18-21

Die perfekte Welle - eine Bewegungskomposition mit dem Handgerät Band

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Lernstationen zum Einüben der Bandtechniken</p>	<p>Gegenstände Umgang mit dem Handgerät, Bandtechniken (Kreise, Schwünge, Schlangen, Spiralen), unterschiedliche Ebenen (frontal, sagittal, horizontal, vertikal, sowie hoch, tief, mittel) Gestaltung: Abwechslungsreichtum durch Variation von Tempo, Dynamik und Raum , Kontraste)</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Präsentation punktuell: Pflichtübung mit allen Schwüngen, Kür Kriterien: im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale A-Note (Komposition: Inhalt und Gestaltung; Schwierigkeitsgrad, Abwechslungsreichtum) B-Note (Ausführung: Bewegungspräzision und Fehlerfreiheit, Qualität der Technik, Ausdruck, Synchronisation in der Gruppe)</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Tanz	C	GK	ca. 12-15

Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation einer Show (z.B. Jumpstyle, Jive, Rock'n Roll ...) nach selbst gesteuertem Lernen mithilfe einer Lerntheke / eines Lernbaukasten

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Facharbeitsfest der Q1 zum Ende der Q1 ermöglicht Präsentation der Show oder Film für die Entlassfeier</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <p>Arbeit mit dem Lernbaukasten www.dance360-school.ch</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Theorie: Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen</p> <p>Praxis: Erarbeitung einer Show</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend Kooperations- und Teamfähigkeit, Selbstständigkeit und Zuverlässigkeit</p> <p>punktuell: Erarbeitung und Präsentation einer Choreografiensequenz in Kleingruppen</p> <p>Kriterien: im Unterricht erarbeitete Kriterien</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Gymnastik	B	GK	ca. 12-14

Der mit dem Ball tanzt: Durch BallKoRobics die koordinativen Fähigkeiten verbessern

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Sachkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz

(a): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen Stationenlernen zur Erarbeitung grundlegender Schritt- und Armbewegungen mit dem Ball</p>	<p>Gegenstände Praxis: BallKoRobics Choreografie Aufstellungsformationen, Raumwege Theorie: Koordinative Fähigkeiten</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung Überprüfungsform: Präsentation unterrichtsbegleitend Engagement im Gestaltungsprozess, Demonstration und Reflexion von Arbeitsergebnissen einzelner Doppelstunden punktuell: Gruppenchoreografie Kriterien: Bewertung nach im Unterricht erarbeiteten Kriterien (z.B. Anzahl unterschiedlicher Aufstellungsformen, Variation der Raumwege, Synchronität)</p>
<p>Fachbegriffe motorisches Lernen, Koordinative Fähigkeiten: Reaktionsfähigkeit, Rhythmusfähigkeit, kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, räumliche Orientierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit.</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)	BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	B	GK	ca. 8-10

Gänge und Gesten – Alltägliche Bewegungen und/oder Alltagssituationen (z.B. „shoppen“) durch Improvisation unter Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten z.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b): Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

<p>Didaktische Entscheidungen</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p>	<p>Gegenstände</p> <p>Gänge, Gesten, Stimmungen</p> <p>Gestaltungsprinzipien: sich anpassen, verändern, kontrastieren</p> <p>Tanztheater</p> <p>Gruppengestaltung "Jeder gehe den eigenen Weg"</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine Inszenierung schreiben und darstellen • ein Gedicht inszenieren • ein Musikstück in Bewegung umsetzen <p>Pina Bausch</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform:</p> <p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <p>Referate</p> <p>punktuell:</p> <p>Gruppengestaltung und schriftliche Erläuterungen</p> <p>Kriterien:</p> <p>Beachtung der Gestaltungsprinzipien (siehe Gegenstände), Kreativität, Bewegungsgenauigkeit</p>
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	pädagogische Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	E	GK	ca. 10-12

Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	<p align="center">Gegenstände</p> <p>Analyse der konstitutiven Regeln eines kleinen Sportspiels, z.B. Brettball</p> <p>Spiele entwickeln, Spielsituationen gestalten: Entwicklung eines Spiels mit Konkurrenz- oder Kooperationsorientierung</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</p> <p>Überprüfungsform: Darstellungsaufgabe</p> <p>unterrichtsbegleitend Anstrengungsbereitschaft</p> <p>punktuell: Erfinden /Verändern und Demonstration eines Spiels, sowie Anleitung der Mitschüler zu regelgerechtem Mitspielen</p> <p>Kriterien: im Unterricht erarbeitete Kriterien (z.B. alle spielen mit, kooperationsorientiert, konkurrenzorientiert)</p>
Fachbegriffe			

9 Anhang: Bewertungstabellen

Einführungsphase

	Einführungsphase - Jungen		
	3000m	Weitsprung	Diskus (1,75kg)
Note	(Abi Durchgangszeit)	(Abi - 4 Punkte)	(Abi - 5 Punkte)
1+	12:45	5,17	24,55
1	13:03	5,02	23,75
1-	13:21	4,86	22,65
2+	13:39	4,70	21,55
2	14:06	4,54	20,45
2-	14:33	4,38	19,35
3+	15:00	4,21	18,25
3	15:36	4,04	17,00
3-	16:12	3,85	15,75
4+	16:48	3,66	14,50
4	17:24	3,47	13,25
4-	18:00	3,28	12,00
5+	18:45	3,09	10,75
5	19:30	2,90	9,50
5-	20:15	2,71	8,25

	Einführungsphase - Mädchen		
	3000m	Weitsprung	Diskus (1kg)
Note	(Abi Durchgangszeit)	(Abi - 4 Punkte)	(Abi - 5 Punkte)
1+	15:09	4,03	19,80
1	15:27	3,92	19,00
1-	15:45	3,80	18,00
2+	16:03	3,68	17,00
2	16:30	3,56	16,00
2-	16:57	3,44	15,00
3+	17:24	3,32	14,00
3	18:00	3,20	13,00
3-	18:36	3,07	12,00
4+	19:12	2,94	11,00
4	19:48	2,81	10,00
4-	20:24	2,68	9,00
5+	21:09	2,55	8,00
5	21:54	2,42	7,00
5-	22:39	2,29	6,00

	Einführungsphase – 100m Brustschwimmen	
	Jungen	Mädchen
Note		
1+	1:35	1:46
1	1:38	1:49
1-	1:41	1:53
2+	1:44	1:56
2	1:48	2:00
2-	1:51	2:04
3+	1:55	2:08
3	1:59	2:12
3-	2:03	2:16
4+	2:07	2:21
4	2:11	2:26
4-	2:16	2:32
5+	2:20	2:37
5	2:25	2:43
5-	2:30	2:50

Qualifikationsphase Leistungskurs

Qualifikationsphase Leistungskurs - Jungen									
	5000m	Hochsprung	Weitsprung	100m	200m	400m	Kugel (6kg)	Speer (800g)	Diskus (1,75kg)
Note	(Abi - 1min.)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)
1+	22:15	1,60	5,44	12,5	25,8	1:00,0	9,00	30,40	26,15
1	22:45	1,58	5,32	12,7	26,2	1:01,0	8,70	29,50	25,35
1-	23:15	1,55	5,17	12,9	26,7	1:02,0	8,40	28,60	24,55
2+	23:45	1,52	5,02	13,1	27,2	1:03,5	8,10	27,70	23,75
2	24:30	1,49	4,86	13,3	27,7	1:05,0	7,80	26,80	22,65
2-	25:15	1,46	4,70	13,5	28,4	1:06,5	7,50	25,90	21,55
3+	26:00	1,43	4,54	13,7	28,9	1:08,0	7,15	25,00	20,45
3	27:00	1,39	4,38	14,0	29,4	1:09,5	6,80	24,00	19,35
3-	28:00	1,35	4,21	14,3	29,9	1:11,0	6,45	23,00	18,25
4+	29:00	1,31	4,04	14,6	30,4	1:13,0	6,10	21,75	17,00
4	30:00	1,26	3,85	14,9	31,0	1:15,0	5,70	20,50	15,75
4-	31:00	1,21	3,66	15,2	31,6	1:17,0	5,30	19,25	14,50
5+	32:15	1,16	3,47	15,5	32,2	1:19,0	4,90	18,00	13,25
5	33:30	1,11	3,28	15,8	32,8	1:21,0	4,50	16,75	12,00
5-	34:45	1,06	3,09	16,1	33,4	1:23,0	4,10	15,50	10,75

Qualifikationsphase Leistungskurs - Mädchen									
	5000m	Hochsprung	Weitsprung	100m	200m	400m	Kugel (4kg)	Speer (600g)	Diskus (1 kg)
Note	(Abi - 1min.)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -2 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)
1+	26:15	1,36	4,25	14,1	29,2	1:08,2	7,85	23,40	21,40
1	26:45	1,34	4,14	14,3	29,7	1:09,0	7,65	22,50	20,60
1-	27:15	1,32	4,03	14,5	30,2	1:10,0	7,45	21,60	19,80
2+	27:45	1,30	3,92	14,7	30,7	1:11,0	7,20	20,70	19,00
2	28:30	1,28	3,80	14,9	31,2	1:13,0	6,95	19,80	18,00
2-	29:15	1,26	3,68	15,2	31,8	1:15,0	6,70	18,80	17,00
3+	30:00	1,24	3,56	15,5	32,4	1:17,0	6,45	17,80	16,00
3	31:00	1,21	3,44	15,8	33,0	1:19,0	6,20	16,80	15,00
3-	32:00	1,18	3,32	16,1	33,6	1:21,0	5,95	15,80	14,00
4+	33:00	1,15	3,20	16,4	34,2	1:23,0	5,70	14,60	13,00
4	34:00	1,11	3,07	16,7	35,0	1:25,3	5,35	13,40	12,00
4-	35:00	1,07	2,94	17,0	35,8	1:27,6	5,00	12,20	11,00
5+	36:15	1,03	2,81	17,3	36,6	1:29,9	4,65	11,00	10,00
5	37:30	0,99	2,68	17,6	37,4	1:32,2	4,30	9,80	9,00
5-	38:45	0,95	2,55	17,9	38,2	1:34,4	3,95	8,60	8,00

Qualifikationsphase Grundkurse (Leichtathletik)

Qualifikationsphase Grundkurs - Jungen					
	5000m	Hochsprung	100m	Kugel (6kg)	Speer (800g)
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -4 Punkte)	(Abi -4 Punkte)
1+	22:45	1,58	12,7	8,70	29,50
1	23:30	1,55	12,9	8,40	28,60
1-	24:15	1,52	13,1	8,10	27,70
2+	25:00	1,49	13,3	7,80	26,80
2	26:00	1,46	13,5	7,50	25,90
2-	27:00	1,43	13,7	7,15	25,00
3+	28:00	1,39	14,0	6,80	24,00
3	29:00	1,35	14,3	6,45	23,00
3-	30:00	1,31	14,6	6,10	21,75
4+	31:15	1,26	14,9	5,70	20,50
4	32:30	1,21	15,2	5,30	19,25
4-	33:45	1,16	15,5	4,90	18,00
5+	35:00	1,11	15,8	4,50	16,75
5	36:15	1,06	16,1	4,10	15,50
5-	37:30	1,01	16,4	3,70	14,25

Qualifikationsphase Grundkurs - Mädchen					
	5000m	Hochsprung	100m	Kugel (4kg)	Speer (600g)
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -4 Punkte)	(Abi -4 Punkte)
1+	26:45	1,34	14,3	7,65	22,50
1	27:30	1,32	14,5	7,45	21,60
1-	28:15	1,30	14,7	7,20	20,70
2+	29:00	1,28	14,9	6,95	19,80
2	30:00	1,26	15,2	6,70	18,80
2-	31:00	1,24	15,5	6,45	17,80
3+	32:00	1,21	15,8	6,20	16,80
3	33:00	1,18	16,1	5,95	15,80
3-	34:00	1,15	16,4	5,70	14,60
4+	35:15	1,11	16,7	5,35	13,40
4	36:30	1,07	17,0	5,00	12,20
4-	37:45	1,03	17,3	4,65	11,00
5+	39:00	0,99	17,6	4,30	9,80
5	40:15	0,95	17,9	3,95	8,60
5-	41:30	0,91	18,2	3,60	7,40

Qualifikationsphase Grundkurs (Schwimmen)

Qualifikationsphase – Jungen			
	800m (Ausdauer)	100m	
		Freistil	Lagen
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -5 Punkte)
1+	13:50	01:24,6	01:44,3
1	14:30	01:27,6	01:48,4
1-	15:10	01:30,9	01:52,6
2+	15:50	01:34,4	01:56,8
2	16:30	01:38,1	02:01,1
2-	17:10	01:41,9	02:05,5
3+	18:00	01:45,9	02:10,0
3	18:50	01:50,1	02:14,5
3-	19:40	01:54,5	02:19,0
4+	20:30	01:58,9	02:23,5
4	21:20	02:03,3	02:28,0
4-	22:10	02:07,7	02:32,5
5+	23:00	02:12,1	02:37,0
5	23:50	02:16,5	02:41,5
5-	24:40	02:20,9	02:46,0

Qualifikationsphase – Mädchen			
	800m (Ausdauer)	100m	
		Freistil	Lagen
Note	(Abi -3 Punkte)	(Abi -3 Punkte)	(Abi -5 Punkte)
1+	14:50	01:36,7	01:56,6
1	15:30	01:40,1	02:00,7
1-	16:10	01:43,7	02:04,9
2+	16:50	01:47,5	02:09,3
2	17:30	01:51,4	02:13,9
2-	18:10	01:55,4	02:18,8
3+	19:00	01:59,5	02:24,0
3	19:50	02:03,8	02:29,3
3-	20:40	02:08,3	02:34,6
4+	21:30	02:12,9	02:39,9
4	22:20	02:17,5	02:45,2
4-	23:10	02:22,1	02:50,5
5+	24:00	02:26,7	02:55,8
5	24:50	02:31,3	03:01,1
5-	25:40	02:35,9	03:06,4