



# Sport

## Sekundarstufe II

Conrad von Soest Gymnasium

(Oktober 2023)

2000...  Westfälischer Friedenspreis	2007...  Bürgerpreis der Stadt Soest	2009...  Partnerschule des Leistungssports	2009...  Europäischer Jugend-Karlspreis	2016...  MINT-Freundliche Schule
---	---	---	--	---

## Inhaltsverzeichnis

Kapitel	Seite
<b>1 Vom Kernlehrplan zum schulinternen Curriculum</b>	<b>3</b>
1.1 Einführungsphase	3
1.2 Qualifikationsphase – Grundkurse	3
1.3 Qualifikationsphase – Leistungskurs	4
<b>2 Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept</b>	<b>5</b>
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
2.2.3 Distanzunterricht	8
2.3 Klausuren im Fach Sport	8
2.4 Grundsätze der Notenbildung	9
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
<b>3 Individuellen Förderung</b>	<b>12</b>
3.1 Grundsätze	12
3.2 Maßnahmen äußerer Differenzierung	13
3.3 Anlassbezogene individuelle Förderung	13
<b>4 Qualitätssicherung und Evaluation</b>	<b>13</b>
<b>5 Methodenkonzept</b>	<b>14</b>
<b>6 Medienkonzept</b>	<b>14</b>
<b>7 Schulinterner Lehrplan Sport (Sek. II) - Einführungsphase</b>	<b>15</b>
<b>8 Schulinterner Lehrplan Sport (Sek. II) - Qualifikationsphase</b>	<b>32</b>
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 (Volleyball/ „Fitness“)	120
<b>9 Anhang: Bewertungstabellen</b>	<b>139</b>

# 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:

<b>1</b>	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – <b>Badminton</b>
	Laufen, Springen, Werfen – <b>Leichtathletik</b> (BF/SB 3)
<b>2</b>	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – <b>Fußball</b>
	Laufen, Springen, Werfen – <b>Leichtathletik</b> (BF/SB 3)
<b>3</b>	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – <b>Basketball</b>
	Bewegen im Wasser – <b>Schwimmen</b> (BF/SB 4)
<b>4</b>	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) – <b>Volleyball</b>
	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) – <b>Volleyball</b>
Laufen, Springen, Werfen – <b>Leichtathletik</b> (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)<sup>1</sup>

### **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

---

<sup>1</sup> 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

### **2.2.3 Distanzunterricht**

Die Leistungsbewertung im Distanzlernen erstreckt sich z.B. auf folgenden Aspekte: Erstellen von Videosequenzen und kriterienorientierte Bewertung, Trainings- und Bewegungstagebücher; Vorbereitung von theoretischen Inhalten, Referaten und Präsentationen (Videokonferenz/ Erklärvideo, Videopräsentation) (primär Sek II).

Grundsätzlich sind Themenanpassungen/-wechsel für die Phasen Distanzlernen möglich, um den notwendigen Rahmenbedingungen für Sportunterricht im Distanzunterricht gerecht zu werden.

### **2.3 Klausuren im Fach Sport**

In der Einführungsphase kann das Fach Sport schriftlich angewählt werden. In jedem Halbjahr wird dabei eine Klausur geschrieben. Die Dauer der Klausur ist auf eine Doppelstunde (90 Minuten) festgelegt.

Die Klausuren in der Qualifikationsphase 1 werden jeweils über 180 Minuten, die in der Qualifikationsphase 2 (1.Halbjahr) 225 Minuten geschrieben. Die abschließende Klausur der Qualifikationsphase 2 wird unter Abiturbedingungen geschrieben (300 Minuten inkl. Auswahlzeit).



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 Zusammenhang 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 Selbststän-

digkeit 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 Bewer-

tung 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Erarbeiten von Kriterien für ein Fitnesstraining</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Gruppenarbeit oder Stationskarten</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>optional: Step-Aerobic, Circuittraining, Aerobic, Rope skipping, Ausdauerprogramm ....)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Präsentation und Durchführung des erarbeiteten Programms</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b> Aufgabenadäquate Gruppenarbeit (z.B. zielgerichtetes Üben oder kommunikative Zusammenhalt der Gruppen)</p> <p>Kognitive Beiträge (Referate etc.)</p> <p><b>punktuell:</b> Bewertung der Präsentation, mögliche Kriterien: Steigerung von Ausdauer, Kraft oder Beweglichkeit</p> <p><b>Kriterien:</b> 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?</p> <p>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>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Arbeitsweisen des Muskels sowie Muskelaufbau (isometrisch, konzentrisch, exzentrisch) Agonist/Antagonist</p> <p>Kraftarten: Maximalkraft/ Schnellkraft/Reaktivkraft/ Kraftausdauer</p> <p>Belastungsparameter: Arbeitsweise/ Intensität/ Krafteinsatz/ Dauer/ Pause/ Gesamtumfang</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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Dehnen als Bestandteil des Aufwärmens kennen- und verstehen lernen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Partner- oder Gruppenarbeit: Dehnprogramme vorbereiten und durchführen</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Dynamische/ Statisches Dehnen ausgewählter Muskelgruppen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Präsentation</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Dehnübungen mit der Klasse durchführen anhand festgelegter Kriterien</p> <p><b>Kriterien:</b></p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Inhalte: Erlernen des Standwurfes, Phasierung von leichtathletischen Bewegungen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Schülerdemonstration Bildreihen Kriterienorientierte Partnerbeobachtung und Rückmeldung Vortrag: Basisliteratur <i>„Phasenstruktur von Bewegungen“</i> <a href="http://www.sportunterricht.de/lksport/bewegt1.html">www.sportunterricht.de/lksport/bewegt1.html</a> <i>„Ganzheitsmethode vs. Teillernmethode“</i> In: Meyer, J. (2017): Sport in der gymnasialen Oberstufe. Edition Schulsport Band 33. Aachen: Meyer &amp; Meyer Verlag, S. 144-157)</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Sicherheitsaspekte Wurferfahrungen Übungen zur Gewöhnung an den Diskus (z.B. Fahrradmäntel, Schleuderbälle) Standwurf</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Demonstration <b>unterrichtsbegleitend</b> Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Technik <b>punktuell:</b> Techniküberprüfung (Standwurf) <b>Kriterien:</b> Bewegungsdynamik Bewegungsfluss Bewegungspräzision Einhaltung der Wettkampfbregeln</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Begleitung im UV (Ausdauerpass/ Trainingsplan)</p> <p>Selbstständige Organisation von einem Dreikampf</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Diskuswurf</p> <p>Weitsprung (Hangsprungtechnik)</p> <p>Ausdauertraining</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Sportmotorischer Test</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Kognitive Beiträge (Referate: Vorstellung der Trainingsmethoden etc.),</p> <p>Selbststeuerung: Aufwärmen, Durchführung von Stundensequenzen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Bewertung nach Leistung (vgl. Tabelle im Anhang)</p> <p><b>Kriterien:</b></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><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Phasierung der Brusttechnik, Wende und Startsprung</p> <p>Individuelle aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen,</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Beobachtungsbögen zur Bewegungskorrektur</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kippwende</li> <li>• Brusttechnik</li> <li>• eine Starttechnik</li> <li>• Zeitschwimmen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Präsentation und sportmotorischer Test</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Brusttechnik, Start- und Wende-technik bewerten,</p> <p>100m Brust auf Zeit (vgl. Tabelle im Anhang)</p> <p><b>Kriterien:</b></p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b> Erarbeiten von Kriterien für die synchrone Bewegung</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Partnerarbeit, Gruppenarbeit</p>	<p><b>Gegenstände</b> Rhythmus, Raumwege, Synchronität</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> Präsentation <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbe- reitschaft <b>punktuell:</b> ggf. kurze Demonstration von Figuren und Formationen in Kleingruppen <b>Kriterien:</b></p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Vermittlung von Spaß am Volleyball</p> <p>Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit,</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>unterschiedliche Spielformen (2 gegen 2 / 3 gegen 3 / 4 gegen 4)</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Aufschlag und Annahme</p> <p>Zuspiel</p> <p>Angriff</p> <p>festgelegte Spielsituationen üben und situationsgerecht anwenden</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Präsentation im Spiel</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Technik im Spiel anwenden können, Antizipation des Ballflugs, vorgegebene Spielsituationen anwenden</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>2-2, 3-3, 4-4 oder 6-6</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>regelgerechtes Spiel</p> <p>Technikleitbild</p> <p>Laufwege/ Absprachen „ICH-RUF“</p> <p>Aktive Grundstellung (Bereitschaft)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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 gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Vermittlung von Spaß am Basketball, Erkennen und Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Teamwettbewerbe, Stationskarten</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Angriff/ Abwehr 3:3, Block stellen (z.B. Defence am Block), Manndeckung</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Präsentation</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b> Spielverständnis aufzeigen können,</p> <p>Kooperations-, Leistungsbereitschaft</p> <p>Wurf-, Pass-, Dribbeltechniken anwenden können</p> <p><b>punktuell:</b> Weitere taktische Aspekte beachten, z.B. Freilaufen, Anbieten, Raum nutzen, Mann-Mann-Verteidigung</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Give and Go/ Pick &amp; Roll/ Cut &amp; 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Schülerreferate</p>	<p><b>Gegenstände</b> 800 und 1500m Lauf 5000m-Lauf als Abiturvorbereitung Trainingsmethoden Sportmotorische Testverfahren (z.B. Conconi, Shuttle-Run, Cooper-Test...)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbereitschaft ggf. Schülerreferate</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> aerob, anaerob, Trainingsmethode (Dauer/Intervall/Wiederholungs/Wettkampfmethode), Trainingsprinzipien, Trainingsplanung, sportmotorische Testverfahren</p>			<p><b>punktuell:</b> 5000m-Lauf <b>Kriterien:</b> 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.

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>100m-Lauf                  200m-Lauf                  400m-Lauf                  Lauschule                  Tiefstart</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b>                  Demonstration  <b>unterrichtsbegleitend</b>                  Anstrengungs- und Übungsbe-                  reitschaft                  Hilfsbereitschaft                  Gegenseitige Unterstützung bei                  Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b>                  Leistungsüberprüfung in frei ge-                  wählter Distanz (100, 200, 400)</p> <p><b>Kriterien:</b>                  Leistungsüberprüfung gemäß                  Abiturvorgaben (um 2 Noten-                  punkte erleichterte Abiturvoga-                  ben)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Lauschule (Lauf-ABC), Koordination, Trainingsmethoden, Schnellkraft, Explosivkraft, Tiefstart, Wett-                  kampfregeln</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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Gegenstände</b>                  „Hochsprung-Mehrkampf“ nach alternativen Wettkampfregele                  (z.B. Hochsprung relativ, Risiko-                  hochsprung, historische Sprung-                  techniken, einbei-                  nig/beidbeinig/rechts/links...)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/                  Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbe-                  reitschaft                  Hilfsbereitschaft</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei                  Übungsphasen</p> <p>Offenheit für alternative Bewe-                  gungsausführungen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Leistungsüberprüfung</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Leistungsüberprüfung nach im                  Unterricht erarbeiteten Kriterien</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Methodische Übungsreihen                  Phasenbilder                  Beobachtungsbogen</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Weitsprung                  Hochsprung</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/                  Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b>                  Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b>                  Anstrengungs- und Übungsbereitschaft                  Hilfsbereitschaft                  Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b>                  Hochsprung: Technikdemonstration nach erarbeiteten Kriterien und ggf. Leistungsüberprüfung                  Weitsprung: Leistungsüberprüfung gemäß</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  Wettkampfregeln, biomechanische Prinzipien, Schersprung, Fosbury Flop, Laufsprung, Hangsprung, Schrittsprung</p>			<p><b>Kriterien:</b>                  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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Methodische Übungsreihen                  Phasenbilder                  Partnerkorrektur                  Sicherheitsbelehrung</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Kugelstoß                  Speerwurf                  Diskuswurf</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/                  Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                  Demonstration  <b>unterrichtsbegleitend</b>                  Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  Sicherheits- und Wettkampfregelein, Drehstoßtechnik, Angleittechnik, Drehwurftechnik, Standwurf/                  Drehwurf, 5er-Rhythmus, Wurfauslage, biomechanische Prinzipien</p>			<p>Hilfsbereitschaft                  Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen                  Einhaltung der Sicherheitsregeln  <b>punktuell:</b>                  Technikdemonstration und Leistungsüberprüfung  <b>Kriterien:</b>                  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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Gruppenaufgabe</p>	<p><b>Gegenstände</b> Planung, Vorbereitung, Durchführung und Auswertung eines leichtathletischen Mehrkampfes</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Demonstration</p> <p><b>punktuell:</b> ggf. Leistungsbewertung</p> <p><b>Kriterien:</b> Leistungsüberprüfung gemäß erleichterten Abiturvorgaben (vgl. Leistungstabellen im Anhang)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b> Wiederholung und Vertiefung bekannter Kompetenzen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Phasenbilder Methodische Übungsreihen</p>	<p><b>Gegenstände</b> Regeln, Netzauf und -abbau Oberes/Unteres Zuspiel Aufschlag von oben und unten Aufstellungsformen (3:3 und 6:6)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> Demonstration <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen <b>punktuell:</b> Sichere Beherrschung der Grundtechniken im Spiel 3:3 <b>Kriterien:</b> Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Phasenbilder</p> <p>Taktikboard zum Spielverständnis</p> <p>ggf. Schülerreferate</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Angriffsschlag</p> <p>Block</p> <p>grundlegende Angriff- und Abwehrtaktiken</p> <p>Spielpositionen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Demonstration von Angriffsschlag und Block in einer Übungsform ggf. Test</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Gegenstände</b> Regeln Veränderte Technikausführungen und Taktiken</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform: unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbe- reitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Gruppenaufgaben</p>	<p><b>Gegenstände</b> Verschiedene Spielsysteme vertiefte Riegelformationen, Angriffs-, Block- und Feldabwehrformationen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> Demonstration <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft und Teamgeist Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen <b>punktuell:</b> Anwendung erlernter Techniken und Taktiken im Spiel 6:6 <b>Kriterien:</b> Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> 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><b>Didaktische Entscheidungen</b> Anknüpfung an bekannte Techniken aus der Sekundarstufe I / Einführungsphase</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Phasenbilder</p>	<p><b>Gegenstände</b> 800m-Schwimmen als Vorbereitung zur Abiturprüfung Wiederholung und Vertiefung grundlegender Schwimm-lagen einschließlich einer Technik zur Wende (Brust, Kraul, Rücken)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbereitschaft Hilfsbereitschaft <b>punktuell:</b> -</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> Startsprung, Wende, Gleitzug, Wechselzug, sportartspezifische Ausdauerfähigkeit, verschiedene Schwimm-lagen</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><b>Didaktische Entscheidungen</b> Je nach Vorerfahrungen der SuS</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Kurzreferate</p>	<p><b>Gegenstände</b> 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><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> Demonstration <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Umsetzung vorgegebener Übungen, Einhaltung sicherheitsrelevanter Aspekte, gegenseitige Unterstützung im Lernprozess <b>punktuell:</b> Überprüfung der Skitechnik insbesondere des Parallelschwungs je nach Ausgangssituation in unterschiedlich steilem Gelände. ggf. synchrones Skifahren Referate <b>Kriterien:</b> 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><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b> handlungsorientierter Unterricht sichere Beherrschung zentraler technischer Fertigkeiten als Grundlage für weitere technisch-taktische Schwerpunkte in den kommenden UV</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> z.B. Referate zur den einzelnen Schläge mit Übungsformen</p>	<p><b>Gegenstände</b> Aufschlag, Clear, Drop, Smash Badminton-Regeln (Einzel)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> Demonstration <b>unterrichtsbegleitend</b> z.B. Vorstellung von Referaten zu den Schlägen Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen <b>punktuell:</b> Technikdemonstration <b>Kriterien:</b> Kriteriengeleitete Überprüfung der Technik in Spielformen (z.B. Präzision, Flugbahn,...)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> 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
Spiele 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></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><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Beobachtungsbögen</p>	<p><b>Gegenstände</b></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><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen / gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b></p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Kriterien:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>bekannte Übungs- und Spielzusammenhänge werden auf eine neue Spielsituation übertragen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>ggf. Referat zum Thema Entstehung von Emotionen</p>	<p><b>Gegenstände</b></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 <b>oder</b> Sozialisationstheoretischer Ansatz nach Heitmeyer mit Bezug zum Sport</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Anwendung der Doppeltaktik (2:2) im Spiel</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Im Unterricht erarbeitete Kriterien (z.B. verschiedene Stellungen je nach Spielsituation)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Motivationaler Abschluss der Unterrichtsvorhaben Badminton mit dem Ziel, erlernte Techniken und Taktiken in einem wettkampforientierten Zielspiel anzuwenden und zu festigen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Gruppenarbeit oder Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Verschiedene Turnierformen (Einzelturnier, Doppelturnier, Mannschaftsturnier, Turnier ohne Sieger)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Turnierformen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>punktuell:</b></p> <p>Vorstellung, Organisation und Reflexion der Turnierformen in Kleingruppen</p> <p><b>Kriterien:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b>          Vom Einfachen zum Komplexen,          vom Leichten zum Schweren,          vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>          Nutzung unterschiedliche Wurfgerä-          te, methodische Übungsrei-          he</p>	<p><b>Gegenstände</b>          z.B. Griffarten, Wurfschule, 3er          und 5er Rhythmus</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/          Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b>          Demonstration + sportmotori-          sches Testverfahren</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b>          Anstrengungs- und Übungsbe-          reitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei          Übungsphasen</p> <p>Einhaltung der Sicherheitsregeln</p> <p><b>punktuell:</b>          Technikdemonstration von Wurf-          oder Stoß und ggf. Berücksichti-          gung der Weite</p> <p>Weite: um 4 Notenpunkte er-          leichterte Abiturvorgaben</p> <p>Leistungstabellen Leichtathletik          im Anhang</p> <p><b>Kriterien:</b>          im Unterricht erarbeitete Tech-          nikmerkmale</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>          z.B. zyklische und azyklische Bewegungen im Anlauf; Impulsschritt, Wurfauslage, Stemmbein</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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></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><b>Gegenstände</b></p> <p>Pulsmessung</p> <p>Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode, Fahrtspiel, spielerische Ausdauertraining)</p> <p>Trainingsprinzipien am Beispiel des Ausdauerlaufens</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft;</p> <p>Mitarbeit in Theoriephasen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Definition Ausdauer, aerobe und anaerobe Belastung, Trainingsprinzipien und -methoden</p>			<p><b>punktuell:</b></p> <p>5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p><b>Kriterien:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Berücksichtigung unterschiedlicher Vorerfahrungen, methodische Übungsreihe zu einzelnen Phasen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Partnerbeobachtungen z.B. mit Hilfe eines Beobachtungsbogens oder Videofeedback</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Fosburyflop</p> <p>Phasen des motorischen Lernens (Grob-, Fein- und Feinstkoordination)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Sportmotorische Testverfahren <b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen <b>punktuell:</b></p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Kriterien:</b></p> <p><b>Anlauf:</b> Erst gradliniger, später bogenförmiger Anlauf, Anlauf ist tempo-steigernd; Kurvenlage des Körpers</p> <p><b>Absprung:</b> Absprung mit dem latten-fernen Bein; von der Latte weg gerichtete Schwungbeinbewegung</p> <p><b>Steigen:</b> Kurzes Beibehalten der Absprungsfigur; Körperdrehung um die Längsachse und Kippen zur Latte</p> <p><b>Floppen,</b> Brückenposition oberhalb der Latte</p> <p><b>Landung:</b> 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><b>Didaktische Entscheidungen</b>                  Vom Einfachen zum Komplexen,                  vom Leichten zum Schweren,                  vom Bekannten zum Unbekann-                  ten</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Ggf. Partnerbeobachtung                  Selbststeuerung</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Umgang mit Startblöcken und                  Starterklappe                  Koordination / Lauf ABC                  Phasen des Sprints                  ggf. Sportabzeichen (Mehrkampf-                  leistungen)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/                  Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                  Sportmotorische Testverfahren  <b>unterrichtsbegleitend</b>                  Organisation eines Wettkampfes</p> <p><b>punktuell:</b>                  Mehrkampf (Organisation, Durch-                  führung): 100m, Hochsprung,                  Speer o. Kugel, Ausdauer (auf                  Leistung)                  Leistungsbewertung gemäß er-                  leichteterer Abiturtabelle                  (Leistungstabellen Leichtathletik                  im Anhang)</p> <p><b>Kriterien:</b>                  siehe Anhang</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>bekannte und anerkannte Zusammenhänge auf einen neuen Lernbereich übertragen und neue Bewegungserfahrungen sammeln</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Beobachtungsbögen (Partnerbeobachtung)</p> <p>methodische Reihe</p> <p>Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b></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><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>ggf. Techniküberprüfung des Angriffsschlages in einer Übungsform</p> <p>Regelgerechtes Spiel 6:6 oder 4:4</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technikvorgaben</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Nutzung bekannter Zusammenhänge in neuen und ungewohnten Lernumgebungen mit dem Ziel das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und Bewegungsvorstellungen zu ergänzen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Gruppenarbeit</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Je nach Neigungen: z.B. Basketball, Fußball, Volleyball,...</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Präsentation</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen</p> <p>Auseinandersetzung mit einem unbekanntem Unterrichtsthema</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Präsentation einer Gruppenchoreographie)</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Im Unterricht behandelte Gestaltungskriterien</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Gestaltungskriterien, Koordinative Fähigkeiten (z.B. Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,...)</p>			

## 8.3 Übersicht Qualifikationsphase Sport Grundkurs (Fußball/ Leichtathletik)

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

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände</b>	<b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b>
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.	<b>Überprüfungsform:</b> Demonstration  <b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Spielformen und Mitarbeit bei der Analyse von gruppentaktischem Verhalten
<b>Fachbegriffe</b> Verschieben, pressen, hinterlaufen, doppeln, uvm.			<b>punktuell:</b> Anwendung von gruppentaktischem Verhalten in Spielform 4 vs. 4 bzw. 6 vs. 6  <b>Kriterien:</b> 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></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><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Spielgemäßes Konzept</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Organisation, Regeln, Unterschiede, Intention, Bewertung</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b> Anstrengungsbereitschaft; Umsetzung von erlerntem individualtaktischen Verhalten; Berücksichtigung der Futsalregeln, Anwendung technischer Fähigkeiten und Fertigkeiten, mündliche Mitarbeit, ggf. Referat.</p> <p><b>punktuell:</b> Überprüfung von technischen sowie taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten in der Spielform</p> <p><b>Kriterien:</b> Im Unterricht erarbeitete Kriterien. (z.B. sichere Anwendung der Regeln, Technik, Taktik etc.)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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 Sinngewinnungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Komplexe Spielsituationen werden in kleinen Spielformen intelligent und kreativ gelöst.</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Spielgemäßes Konzept</p>	<p><b>Gegenstände</b></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><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></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><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Funino, sinken, pressen, Spielintelligenz, Spielverständnis, Handlungskompetenz, usw.</p>			<p><b>punktuell:</b></p> <p>Überprüfung von Spielverständnis und Handlungskompetenz in der Spielform</p> <p><b>Kriterien:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Vom Einfachen zum Komplexen, vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Nutzung unterschiedliche Wurfgerätee, methodische Übungsreihe</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>z.B. Griffarten, Wurfchule, 3er und 5er Rhythmus</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration + sportmotorisches Testverfahren</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p>Einhaltung der Sicherheitsregeln</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Technikdemonstration von Wurf- oder Stoß und/oder Berücksichtigung der Weite</p> <p>Weite: um 4 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben</p> <p>Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>im Unterricht erarbeitete Technikmerkmale</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>z.B. zyklische und azyklische Bewegungen im Anlauf; Impulsschritt, Wurfauslage, Stemmbein</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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></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><b>Gegenstände</b></p> <p>Pulsmessung</p> <p>Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode, Fahrtspiel, spielerische Ausdauer-schulung)</p> <p>Trainingsprinzipien am Beispiel des Ausdauerlaufens</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungs-bereitschaft;</p> <p>Mitarbeit in Theoriephasen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Definition Ausdauer, aerobe und anaerobe Belastung, Trainingsprinzipien und -methoden</p>			<p><b>punktuell:</b></p> <p>5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)</p> <p><b>Kriterien:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Berücksichtigung unterschiedlicher Vorerfahrungen, methodische Übungsreihe zu einzelnen Phasen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Partnerbeobachtungen z.B. mit Hilfe eines Beobachtungsbogens oder Videofeedback</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Fosburyflop</p> <p>Phasen des motorischen Lernens (Grob-, Fein- und Feinstkoordination)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Sportmotorische Testverfahren <b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft, Hilfsbereitschaft, Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Hochsprung unter Berücksichtigung der Technik und Leistung (Höhe) (um 3 Notenpunkte erleichterte Abiturvorgaben) → Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Grob-, Fein- und Feinstkoordination, Sprungbein, Schwungbein</p>			<p><b>Kriterien:</b></p> <p><b>Anlauf:</b> Erst gradliniger, später bogenförmiger Anlauf, Anlauf ist temposteigernd; Kurvenlage des Körpers</p> <p><b>Absprung:</b> Absprung mit dem latentefernen Bein; von der Latte weg gerichtete Schwungbeinbewegung</p> <p><b>Steigen:</b> Kurzes Beibehalten der Absprungsfigur; Körperdrehung um die Längsachse und Kippen zur Latte</p> <p><b>Floppen,</b> Brückenposition oberhalb der Latte</p> <p><b>Landung:</b> 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><b>Didaktische Entscheidungen</b>          Vom Einfachen zum Komplexen,          vom Leichten zum Schweren,          vom Bekannten zum Unbekann-          ten</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>          Ggf. Partnerbeobachtung          Selbststeuerung</p>	<p><b>Gegenstände</b>          Umgang mit Startblöcken und          Starterklappe          Koordination / Lauf ABC          Phasen des Sprints          ggf. Sportabzeichen (Mehrkampf-          leistungen)</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/          Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>          Sportmotorische Testverfahren  <b>unterrichtsbegleitend</b>          Organisation eines Wettkampfes  <b>punktuell:</b></p>
<p><b>Fachbegriffe</b>          Lauf ABC (Fußgelenksarbeit, Kniehebellauf), Koordination,</p>			<p>Mehrkampf (Organisation, Durch-          führung): 100m, Hochsprung,          Speer o. Kugel, Ausdauer (auf          Leistung)          Leistungsbewertung gemäß er-          leichteterer Abiturtabelle          (Leistungstabellen Leichtathletik          im Anhang)  <b>Kriterien:</b>          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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Anwendung verschiedener Techniken und Taktiken in Einzelspielformen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Spielgemäßes Konzept, Beobachtungsbögen</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Schlagtechniken:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Topspin,</li> <li>• Unterschnitt,</li> <li>• Schuss,</li> <li>• Schmetterball,</li> <li>• Ballonabwehr,</li> <li>• Block,</li> <li>• Konter,</li> <li>• Schupfball</li> </ul> <p>Einzelspiel- und Turnierformen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Spielformen und Techniken, gegenseitige Unterstützung in Übungsphasen.</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Anwendung der Schlagtechniken im Spiel 1 vs. 1</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Topspin, Unterschnitt, Schuss, Schmetterball, Ballonabwehr, Block, Konter, Schupfball usw.</p>			<p><b>Kriterien:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Nutzung bekannter Zusammenhänge in neuen und ungewohnten Lernumgebungen mit dem Ziel das individuelle Bewegungsrepertoire zu erweitern und Bewegungsvorstellungen zu ergänzen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Gruppenarbeit</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Je nach Neigungen: z.B. Basketball, Fußball, Volleyball,...</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Präsentation</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Mitarbeit in Gruppenarbeitsphasen</p> <p>Auseinandersetzung mit einem unbekanntem Unterrichtsthema</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Präsentation einer Gruppenchoreographie)</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Im Unterricht behandelte Gestaltungskriterien</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Gestaltungskriterien, Koordinative Fähigkeiten (z.B. Rhythmisierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,...)</p>			

## 8.4 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Phasenbeschreibungen Lernvideos Beobachtungsbögen Videoanalyse Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Dribbeln Passen Standwurf Sprungwurf Korbleger</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b> Phasenbeschreibungen; Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p><b>punktuell:</b> Technikdemonstration</p> <p><b>Kriterien:</b> siehe Phasenbeschreibung</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Spielfelddarstellungen                  Beobachtungsbögen                  Lernvideos                  Videoanalyse                  Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Abwehr- und Angriffsverhalten</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b>                  Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b>                  Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen;                  Abwehr- und Angriffsverhalten</p> <p><b>punktuell:</b>                  Spielsituationen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  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.

### 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Spielfelddarstellungen                  Beobachtungsbögen                  Lernvideos                  Videoanalyse                  Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Positionsspiel</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen;</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Positionen: Center, Power-Forward, Small-Forward, Shooting-Guard und Point-Guard</p>			<p>Einhalten bzw. Umsetzen des Positionsspiels</p> <p><b>punktuell:</b></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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Spielfelddarstellungen                  Beobachtungsbögen                  Lernvideos                  Videoanalyse                  Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Streetball</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Spielsituationen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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 Schwimmarten 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Beobachtungsbögen Phasenbeschreibungen Referate</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Kraul Brust Rücken inklusive Start- und Wendetechniken</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b> Demonstration <b>unterrichtsbegleitend</b> Phasenbeschreibungen Anstrengungsbereitschaft und allg. motorische Grundfertigkeiten bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen</p> <p><b>punktuell:</b> Technikdemonstration 35m inklusive Start und Wende 100m Freistiel (Leistungstabellen Schwimmen im Anhang)</p> <p><b>Kriterien:</b> siehe Phasenbeschreibungen (Quelle: <a href="https://www.sicherschule.de/schwimmhalle/_docs/schwimmhalle2.pdf">https://www.sicherschule.de/schwimmhalle/_docs/schwimmhalle2.pdf</a>)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></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.

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

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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Referate                  Trainingstagebücher</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Ausdauerndes Schwimmen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/                  Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                  Sportmotorische Testverfahren  <b>unterrichtsbegleitend</b>                  Referate                  Anstrengungsbereitschaft bei der                  Umsetzung vorgegebener                  Übungsformen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  Koordinative Fähigkeiten, physiologische Anpassungsprozesse (langfristig und kurzfristig), Formen der Ausdauer</p>			<p><b>punktuell:</b>                  Ausdauerüberprüfung 800m  <b>Kriterien:</b>                  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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Partnergruppen (Beobachtungsbögen)                  Bewegungsaufgaben in der Gruppe                  Erarbeitung von Kriterien für die Gruppenpräsentation</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Synchronschwimmen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                  Präsentation  <b>unterrichtsbegleitend</b>                  Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen  <b>punktuell:</b>                  Abschlusspräsentation in der Gruppe  <b>Kriterien:</b>                  Erarbeitete Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Tauchparcours                  Gruppenaufgaben</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Tauchen mit und ohne Hilfsmittel</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/                  Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                  Demonstration</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  Atmung, Herz-Kreislauf-System, konditionelle Fähigkeiten, Druckbedingungen, Wagnis und Risiko, Sicherheitsmaßnahmen</p>			<p><b>unterrichtsbegleitend</b>                  Verantwortungsvoller Umgang mit Risiken und mit den Emotionen der Mitschüler bewusst umgehen                  Anstrengungsbereitschaft bei der Umsetzung vorgegebener Übungsformen  <b>punktuell:</b>                  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
Spiele 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.

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

## 8.5 Unterrichtsvorhaben des Grundkurses (Volleyball/ „Fitness“)

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

und

**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)**

Profilbildende Inhaltsfelder: **e: Kooperation und Konkurrenz** und **f: Gesundheit**

### Unterrichtsvorhaben

1	Fitness – funktionelles Training
2	Fitness – Step-Aerobic
3	Fitness – Ausdauer
4	Fitness – Sport und Gesundheit
5	Volleyball – Wiederholung, Einführung, Grundlagen
6	Volleyball – Festigung und Vertiefung der grundlegenden Techniken und Taktiken
7	Volleyball – Beachvolleyball
8	Volleyball – Volleyballturnier
9	Volleyball – Spielsysteme



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  BF/SB 1: Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung	F	GK	ca. 12-16

## Fitness – funktionelles Training

### 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.

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.

### 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> Kleingruppenarbeit</p>	<p><b>Gegenstände</b> Aktuelle Fitnesstrends (z.B. Tabata, Freeletics, Crossfit) digitale und klassische Angebote Was unterscheidet ein gutes von einem schlechten Fitnessprogramm?</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> <b>unterrichtsbegleitend</b> Lern- und Anstrengungsbereitschaft Planung und Durchführung einer Trainingssequenz</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> Fitness, konditionelle Fähigkeiten, funktionelles Training, Trainingsbegriff, HIT-Trainings (z.B. Tabata), Belastungsnormative, Borg-Skala</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 BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	B, F	GK	ca. 12-16

## Fitness – Step-Aerobic

### 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

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

Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien (b)

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

### Sachkompetenz

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

### Methodenkompetenz

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

## Urteilskompetenz

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Erlernen von Step-Schritten in Kleingruppen /PA</p> <p>Erarbeitung von Minichoreografien in der Kleingruppen</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Step-Regeln</p> <p>Step-Schritte, Low-Impact, High-Impact</p> <p>Armbewegungen</p> <p>Aufbau eines Step-Programms</p> <p>Entwicklung einer Step-Choreographie</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Präsentation</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungsbereitschaft, Mitarbeit/Engagement in der Gruppenarbeit</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Demonstration einer Kleingruppenchoreografie</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>im Unterricht erarbeitete Kriterien z.B. Synchronität, Kreativität, Bewegungsqualität</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Gestaltungskriterien (Dynamik, Zeit, Raum, Formaler Aufbau),</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. 12-16

## Fitness – Ausdauer

### 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)

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

### Sachkompetenz

(f): gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert 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.

(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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Gegenstände</b>                      spielerische Methoden zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit,                      Dauerlauf,                      ggf. ausdauerndes Schwimmen                      Trainingstagebuch</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                      Sportmotorische Testverfahren  <b>unterrichtsbegleitend</b>                      Anstrengungsbereitschaft  <b>punktuell:</b>                      5000m (Leistungstabellen Leichtathletik im Anhang)  <b>Kriterien:</b>                      Leistungsüberprüfung gemäß vereinfachten LK-Abiturvorgaben (um 3 Punkte erleichterte Abiturvorgaben)</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                      Ausdauer Definition, Arten der Ausdauer, Trainingsmethoden (z.B. Dauermethode, Intervallmethode)                      Trainingsplan, Trainingsprinzipien,</p>			

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. 12

## Fitness – Sport und Gesundheit

### 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

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

#### Sachkompetenz

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

#### 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><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b> z.B. Gruppenpuzzle zur Erarbeitung einzelner Yoga-Übungen Gestaltung einer Yogasequenz in der Kleingruppe Schülervorträge zu Gesundheitsmodellen</p>	<p><b>Gegenstände</b> Gesundheitsorientierte Sportangebot (z.B. Yoga, Entspannungsverfahren, Rückentraining) je nach Schwerpunktsetzung z.B. Yoga-Ursprung, moderne Yoga-Formen, Yoga-Haltung, Yoga-Übungen evtl. Technik der progressiven Muskelentspannung nach Jacobsen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b> <b>Überprüfungsform:</b> Präsentation <b>unterrichtsbegleitend</b> Lern- und Anstrengungsbereitschaft: Bereitwilligkeit sich auf ungewohnte Unterrichtsinhalte einzulassen <b>punktuell:</b> Demonstration und Anleitung von Übungen/ Übungsfolgen Referate</p>
<p><b>Fachbegriffe</b> Gesundheit, Gesundheitsmodelle: Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell;</p>			<p><b>Kriterien:</b> je nach Ausrichtung: Moderation, Anleitung, Bewegungskorrektur, Bewegungspräzision, Verbinden von Atem und Bewegen</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	

## 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)

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

## 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

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

#### Sachkompetenz

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

#### Urteilskompetenz

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Phasenbilder</p> <p>Taktikboard zum Spielverständnis</p> <p>Technik-Beobachtungsbögen</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Angriffsschlag</p> <p>Block</p> <p>Spielpositionen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p>Demonstration</p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Übungsbereitschaft</p> <p>Hilfsbereitschaft und Teamgeist</p> <p>Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Demonstration von Angriffsschlag und Block in einer Übungsform/ Spielfähigkeit z.B. 4:4/ 6:6</p> <p><b>Kriterien:</b></p> <p>Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Motorisches Lernen (z.B. Lernphasen), Lehr-Lern-Methoden (z.B. Teillernmethode, Ganzheitsmethode, MÜR), 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)	E	GK	ca. 6-8

## 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

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

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

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, E	GK	

## Volleyball – Volleyballturnier

### 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

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)  
 Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)/ Fairness und Aggression im Sport (e)

### Sachkompetenz

(c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) 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 gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Verschiedene Turnierformen (z.B. King oft the court, Kaiserspiel)</p> <p>Volleyballturnier (i.d.R. am Freitag in der vorletzten Schulwoche vor den Weihnachtsferien)</p> <p>Turnierpläne</p> <p>Anwendung und Auswirkung von Regeländerungen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b></p> <p><b>Überprüfungsform:</b></p> <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Anstrengungs- und Einsatzbereitschaft in Spielphasen / Teamgeist</p> <p>Hilfs- und Einsatzbereitschaft in die Organisation</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>(Turnier-)Regeln, z.B. Digelsches Regelschema</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	

## Volleyball - Spielsysteme

### 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)

### 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 nutzen

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b>                  Gruppenaufgaben                  Beobachtungsbögen zum Spielverhalten</p>	<p><b>Gegenstände</b>                  Aufstellungsform, einfache Spielsysteme (z.B. vorgezogene IV), Einer-/Zweierblock, Angriffssicherung, Feldabwehr</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)/ Leistungsbewertung</b>  <b>Überprüfungsform:</b>                  Demonstration  <b>unterrichtsbegleitend</b>                  Anstrengungs- und Übungsbereitschaft                  Hilfsbereitschaft und Teamgeist                  Gegenseitige Unterstützung bei Übungsphasen  <b>punktuell:</b>                  Anwendung erlernter Techniken und Taktiken im Spiel 6:6  <b>Kriterien:</b>                  Im Unterricht erarbeitete Technik- und Taktikvorgaben</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>                  Aufstellungsform, einfache Spielsysteme (z.B. vorgezogene IV), Einer-/Zweierblock, Angriffssicherung, Feldabwehr</p>			

## 9 Anhang: Bewertungstabellen

### Einführungsphase

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

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

	<b>Einführungsphase – 100m Brustschwimmen</b>	
	<b>Jungen</b>	<b>Mädchen</b>
Note		
<b>1+</b>	1:44	1:53
<b>1</b>	1:46	1:55
<b>1-</b>	1:49	1:59
<b>2+</b>	1:51	2:02
<b>2</b>	1:54	2:06
<b>2-</b>	1:58	2:10
<b>3+</b>	2:01	2:14
<b>3</b>	2:05	2:18
<b>3-</b>	2:09	2:23
<b>4+</b>	2:13	2:27
<b>4</b>	2:17	2:31
<b>4-</b>	2:22	2:36
<b>5+</b>	2:26	2:40
<b>5</b>	2:31	2:45
<b>5-</b>	2:35	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)
<b>1+</b>	22:15	1,60	5,44	12,5	25,8	1:00,0	9,00	32,90	26,15
<b>1</b>	22:45	1,58	5,32	12,7	26,2	1:01,0	8,70	31,60	25,35
<b>1-</b>	23:15	1,55	5,17	12,9	26,7	1:02,0	8,40	30,30	24,55
<b>2+</b>	23:45	1,52	5,02	13,1	27,2	1:03,5	8,10	29,00	23,75
<b>2</b>	24:30	1,49	4,86	13,3	27,7	1:05,0	7,80	27,40	22,65
<b>2-</b>	25:15	1,46	4,70	13,5	28,4	1:06,5	7,50	25,80	21,55
<b>3+</b>	26:00	1,43	4,54	13,7	28,9	1:08,0	7,15	24,20	20,45
<b>3</b>	27:00	1,39	4,38	14,0	29,4	1:09,5	6,80	22,40	19,35
<b>3-</b>	28:00	1,35	4,21	14,3	29,9	1:11,0	6,45	20,60	18,25
<b>4+</b>	29:00	1,31	4,04	14,6	30,4	1:13,0	6,10	18,60	17,00
<b>4</b>	30:00	1,26	3,85	14,9	31,0	1:15,0	5,70	16,60	15,75
<b>4-</b>	31:00	1,21	3,66	15,2	31,6	1:17,0	5,30	14,60	14,50
<b>5+</b>	32:15	1,16	3,47	15,5	32,2	1:19,0	4,90	13,10	13,25
<b>5</b>	33:30	1,11	3,28	15,8	32,8	1:21,0	4,50	11,60	12,00
<b>5-</b>	34:45	1,06	3,09	16,1	33,4	1:23,0	4,10	10,10	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)
<b>1+</b>	26:15	1,36	4,25	14,1	29,2	1:08,2	7,85	23,40	21,40
<b>1</b>	26:45	1,34	4,14	14,3	29,7	1:09,0	7,65	22,50	20,60
<b>1-</b>	27:15	1,32	4,03	14,5	30,2	1:10,0	7,45	21,60	19,80
<b>2+</b>	27:45	1,30	3,92	14,7	30,7	1:11,0	7,20	20,70	19,00
<b>2</b>	28:30	1,28	3,80	14,9	31,2	1:13,0	6,95	19,80	18,00
<b>2-</b>	29:15	1,26	3,68	15,2	31,8	1:15,0	6,70	18,80	17,00
<b>3+</b>	30:00	1,24	3,56	15,5	32,4	1:17,0	6,45	17,80	16,00
<b>3</b>	31:00	1,21	3,44	15,8	33,0	1:19,0	6,20	16,80	15,00
<b>3-</b>	32:00	1,18	3,32	16,1	33,6	1:21,0	5,95	15,80	14,00
<b>4+</b>	33:00	1,15	3,20	16,4	34,2	1:23,0	5,70	14,60	13,00
<b>4</b>	34:00	1,11	3,07	16,7	35,0	1:25,3	5,35	13,40	12,00
<b>4-</b>	35:00	1,07	2,94	17,0	35,8	1:27,6	5,00	12,20	11,00
<b>5+</b>	36:15	1,03	2,81	17,3	36,6	1:29,9	4,65	11,00	10,00
<b>5</b>	37:30	0,99	2,68	17,6	37,4	1:32,2	4,30	9,80	9,00
<b>5-</b>	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)
<b>1+</b>	22:45	1,58	12,7	8,70	31,60
<b>1</b>	23:30	1,55	12,9	8,40	30,30
<b>1-</b>	24:15	1,52	13,1	8,10	29,00
<b>2+</b>	25:00	1,49	13,3	7,80	27,40
<b>2</b>	26:00	1,46	13,5	7,50	25,80
<b>2-</b>	27:00	1,43	13,7	7,15	24,20
<b>3+</b>	28:00	1,39	14,0	6,80	22,40
<b>3</b>	29:00	1,35	14,3	6,45	20,60
<b>3-</b>	30:00	1,31	14,6	6,10	18,60
<b>4+</b>	31:15	1,26	14,9	5,70	16,60
<b>4</b>	32:30	1,21	15,2	5,30	14,60
<b>4-</b>	33:45	1,16	15,5	4,90	13,10
<b>5+</b>	35:00	1,11	15,8	4,50	11,60
<b>5</b>	36:15	1,06	16,1	4,10	10,10
<b>5-</b>	37:30	1,01	16,4	3,70	8,60

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)
<b>1+</b>	26:45	1,34	14,3	7,65	22,50
<b>1</b>	27:30	1,32	14,5	7,45	21,60
<b>1-</b>	28:15	1,30	14,7	7,20	20,70
<b>2+</b>	29:00	1,28	14,9	6,95	19,80
<b>2</b>	30:00	1,26	15,2	6,70	18,80
<b>2-</b>	31:00	1,24	15,5	6,45	17,80
<b>3+</b>	32:00	1,21	15,8	6,20	16,80
<b>3</b>	33:00	1,18	16,1	5,95	15,80
<b>3-</b>	34:00	1,15	16,4	5,70	14,60
<b>4+</b>	35:15	1,11	16,7	5,35	13,40
<b>4</b>	36:30	1,07	17,0	5,00	12,20
<b>4-</b>	37:45	1,03	17,3	4,65	11,00
<b>5+</b>	39:00	0,99	17,6	4,30	9,80
<b>5</b>	40:15	0,95	17,9	3,95	8,60
<b>5-</b>	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)
<b>1+</b>	13:50	01:24,6	01:44,3
<b>1</b>	14:30	01:27,6	01:48,4
<b>1-</b>	15:10	01:30,9	01:52,6
<b>2+</b>	15:50	01:34,4	01:56,8
<b>2</b>	16:30	01:38,1	02:01,1
<b>2-</b>	17:10	01:41,9	02:05,5
<b>3+</b>	18:00	01:45,9	02:10,0
<b>3</b>	18:50	01:50,1	02:14,5
<b>3-</b>	19:40	01:54,5	02:19,0
<b>4+</b>	20:30	01:58,9	02:23,5
<b>4</b>	21:20	02:03,3	02:28,0
<b>4-</b>	22:10	02:07,7	02:32,5
<b>5+</b>	23:00	02:12,1	02:37,0
<b>5</b>	23:50	02:16,5	02:41,5
<b>5-</b>	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)
<b>1+</b>	14:50	01:36,7	01:56,6
<b>1</b>	15:30	01:40,1	02:00,7
<b>1-</b>	16:10	01:43,7	02:04,9
<b>2+</b>	16:50	01:47,5	02:09,3
<b>2</b>	17:30	01:51,4	02:13,9
<b>2-</b>	18:10	01:55,4	02:18,8
<b>3+</b>	19:00	01:59,5	02:24,0
<b>3</b>	19:50	02:03,8	02:29,3
<b>3-</b>	20:40	02:08,3	02:34,6
<b>4+</b>	21:30	02:12,9	02:39,9
<b>4</b>	22:20	02:17,5	02:45,2
<b>4-</b>	23:10	02:22,1	02:50,5
<b>5+</b>	24:00	02:26,7	02:55,8
<b>5</b>	24:50	02:31,3	03:01,1
<b>5-</b>	25:40	02:35,9	03:06,4