



**Lehrplan Oberstufe
(EF, Q1, Q2)**

Kapitel		Seite
1	Die Fachgruppe am Clara-Schumann Gymnasium	3
	1.1 Leitbild für das Fach Sport	3
	1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung	4
	1.3 Sportstättenangebot	4
2	Entscheidungen zum Unterricht	6
2.1.	Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	6
2.1.1	Einführungsphase	6
2.2.	Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	12
2.3.	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	13
4	Qualitätssicherung und Evaluation	15

1 Die Fachgruppe Sport am Clara-Schumann Gymnasium¹

1.1 Leitbild für das Fach Sport

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

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

Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport. Den Schülerinnen und Schülern am Clara-Schumann Gymnasium sollen darüber hinaus Gelegenheiten gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Das Clara-Schumann Gymnasium fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

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

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag,

¹ Die Ausführungen in diesem Kapitel sind eng an den Beispiellehrplan für die Sek I angelegt,

der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird. Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft.

Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren. Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

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

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

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

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans/ Projektmanagements (Sport im Ganztage, Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Arbeitsgemeinschaften...), im Rahmen einer systematischen Fachkonferenzarbeit.

Die Fachkonferenz legt der Schulleitung vereinbarte Veranstaltungen/ Schulsporttermine vor. Diese werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit vorgestellt.

1.3 Sportstättenangebot (EF/Oberstufe)

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Turnhalle
- Schuleigener Gymnastikraum
- Schuleigener Schulhof mit mobilen Toren, Basketballkorb, Weitsprunganlage

Im Umfeld der Schule:

- Sportpark Nord (Hallen, Außensportanlage mit 400m Bahn, Weitsprunganlage, Kugelstoßanlage)

Oberstufe	Ganztägig am Clara-Schumann-Gymnasium oder am Sportpark Nord
-----------	--

- Poppelsdorfer Allee
- Rheinnähe

2 Entscheidungen zum Unterricht

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

Die Schule richtet für die EF ein einheitliches Kursprofil ein. Die Fachkonferenz beschließt **Maßnahmen zur Vergleichbarkeit der Leistungen**. In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant. Während der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ (Kapitel 2.1.2) empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen, die im Einzelnen auch den Kapiteln 2.2 bis 2.4 zu entnehmen sind. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

2.1.1 Einführungsphase

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

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

Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halbjahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. Halbjahr	UV I	Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen. ca.12 Stunden
	UV II	Thema: Fit in den Bonner Sommer – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren. ca. 15 Stunden
	UV III	Thema: Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein - Mit Hilfe von Handgeräten in Form von selbst gewählten Gewichten ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode demonstrieren. ca. 18 Stunden
	Freiraum	ca. 15 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
2. Halbjahr	UV IV	Thema: Stars auf der Matte – Eine Gruppengestaltung auf dem Boden unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten. ca. 15 Stunden
	UV V	Thema: Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. ca.12 Stunden
	UV VI	Thema: Wir springen hoch und weit – Eine neu erlernte Sprungtechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten ca. 12 Stunden
	Freiraum	ca. 15 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (EF) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

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

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Partnerspiele – Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in einem Mannschaftsspiel oder **Partnerspiel** gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Fit in den Bonner Sommer – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen²

Inhaltsfelder: d – Leistung, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und Organisation (d) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein - Mit Hilfe von Handgeräten in Form von selbst gewählten Gewichten ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode(n) demonstrieren.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltliche Kerne:

Formen der Fitnessgymnastik

Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode(n)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfelder: f - Gesundheit, d - Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitl. Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 18 Std.

Einführungsphase (EF) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Stars auf der Matte – Eine Gruppengestaltung auf dem Boden unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten.

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern: Bodenturnen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen und der Bewegungsumwelt anpassen.
- in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

Inhaltsfelder: b - Gestaltung, c - Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien (b) Handlungssteuerung unter verschied. Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 15 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

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

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Wir springen hoch und weit – Eine neu erlernte Sprungtechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Weitsprung, Hochsprung, Hindernisläufe, allg. Sprungschulung Le Parkour)

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim

Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.(MK)

- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Summe Einführungsphase: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Clara-Schumann-Gymnasium gibt es in der Oberstufe fünf Grundkurse mit drei unterschiedlichen Profilen. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

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

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

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Bewegen an Geräten - Turnen	Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	b - Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

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

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

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

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

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →19 Wochen = 57 Stunden	UV 1	Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung ca.12 – 15 Stunden
	UV 2	Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Technik – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung in einer Sportart. ca.12 – 15 Stunden
	UV 3	Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 9 – 18 Stunden
Q 1.2 → 21 Wochen = 63 Stunden	UV 4	Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Taktik – Spielgemäße Entwicklung (<i>tactical games approach</i>) von Angriff- und Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.15 – 18 Stunden
	UV 5	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.15 – 18 Stunden
	UV 6	Alternative Sportspielvarianten (Beach- und Streetsport) – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 12 - 15 Stunden
	Freiraum	ca.18 - 27 Stunden
Q 2.1 → 16 Wochen = 54 Stunden	UV 7	Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können (z.B. Orientierungslauf) ca.12 – 15 Stunden
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit (z.B. Läufer-system, Zonenverteidigung, Badminton Doppel) ca.12 – 15 Stunden
	UV 9	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die

		Leistungsfähigkeit verbessern ca.15 – 18 Stunden
	Freiraum	ca. 6 - 15 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 11 Wochen = 33 Stunden	UV 10	Organisation und Durchführung klassischer Sportspielwettkämpfe – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen Sportarten ca.12 – 15 Stunden
	UV 11	Leichtathletischer Mehrkampf – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen leichtathletischen Disziplinen ca.12 – 15 Stunden
	Freiraum	z.B. Standardtänze als Vorbereitung auf den Abiball ca. 3 - 9 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema: Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung</p> <p>BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p>Inhaltlicher Kern: Formen ausdauernden Laufens</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). <p>Inhaltsfeld: d - Leistung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</p> <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern • Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (übergreifend) • physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (übergreifend) • die Entwicklung ihrer individuelle Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). <p>Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.</p>

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Technik – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (c)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (e)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: **Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Taktik** – Spielgemäße Entwicklung (*tactical games approach*) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: **Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Alternative Sportspielvarianten (Beach- und Streetsport)** – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball, Streetball, Speed Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf, f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Fairness und Aggression im Spiel (e)

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (e)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (f)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen

anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Organisation und Durchführung klassischer Sportspielwettkämpfe – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen Sportarten

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Leichtathletischer Mehrkampf – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen leichtathletischen Disziplinen

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltliche Kerne:

leichtathletische Disziplinen
Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Bewegen an Geräten – Turnen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 41f):

- Bodenturnen
- Akrobatik
- Geräteturnen

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

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

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →19 Wochen = 57 Stunden	UV 1	Turnerische Elemente am Boden – Erarbeitung verschiedener turnerischer Elemente (z.B. Handstand, Handstützüberschlag, Flic-Flac) ca.10 – 12 Stunden
	UV 2	Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Technik – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung in einer Spielsportart. ca.12 – 15 Stunden
	UV 3	Gestaltung einer Bodenkür – Erstellung und Präsentation verschiedener turnerischer Elemente in einer Bodenkür (EA) ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 9 – 18 Stunden
Q 1.2 → 21 Wochen = 63 Stunden	UV 4	Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Taktik – Spielgemäße Entwicklung (<i>tactical games approach</i>) von Angriff- und Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.15 – 18 Stunden
	UV 5	Fit im Geräteturnen – Erlernen verschiedener Bewegungselemente und Präsentation einer vorgegebenen Kür (z.B. Reck, Ringe) ca.15 – 18 Stunden
	UV 6	Alternative Sportspielvarianten (Beach- und Streetsport) – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 12 - 15 Stunden
	Freiraum	ca.18 - 27 Stunden
Q 2.1 → 16 Wochen = 54 Stunden	UV 7	Akrobatik wir bauen einen Turm – miteinander turnen, helfen, sichern ca.12 – 15 Stunden
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit (z.B. Läufersystem, Zonenverteidigung, Badminton Doppel) ca.12 – 15 Stunden
	UV 9	Parkour – turnerische Elemente situativ in anderen Kontexten anwenden (Bewegungsfluss) ca.15 – 18 Stunden
	Freiraum	ca. 6 - 15 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 11	UV 10	Organisation und Durchführung klassischer Sportspielwettkämpfe – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen Spielsportarten ca.12 – 15 Stunden
		Fast so schön wie fliegen; Sprünge vom Minitrampolin –

Wochen = 33 Stunden	UV 11	normgebundene und normungebundene Bewegungserfahrungen entdecken und erweitern, Risiken abwägen ca.12 – 15 Stunden
	Freiraum	z.B. Standardtänze als Vorbereitung auf den Abiball ca. 3 - 9 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema: Turnerische Elemente am Boden – Erarbeitung verschiedener turnerischer Elemente (z.B. Handstand, Handstützüberschlag, Flic-Flac)</p> <p>BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen</p> <p>Inhaltlicher Kern: Turnerische Bodenelemente wiederholen, vertiefen und neu erlernen</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene turnerische Bodenelemente • Helfen und Sichern <p>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Bewegungstechnisches Können entwickeln und Körperbeherrschung erfahren</p> <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens erfahren • Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen erfahren <p>Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></p> <p>Thema: Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Technik – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.</p> <p>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p>Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfelder: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (c)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (e)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Gestaltung einer Bodenkür – Erarbeitung und Präsentation einer Bewegungsabfolge verschiedener turnerischer Elemente

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern:

Bodenkür

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Verbindung verschiedener turnerischer Elemente zu einer Bodenkür erarbeiten und präsentieren.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Optimierung der individuellen Bewegungsqualität unter Berücksichtigung turnerspezifischer Bewegungsformen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV :

Thema: Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Taktik – Spielgemäße Entwicklung (*tactical games approach*) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: **Fit im Geräteturnen** – Erlernen verschiedener Bewegungselemente und Präsentation einer vorgegebener Kür (z.B. Reck, Ringe)

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern:

Turntechnische Bewegungsformen an Reck oder Ringen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Techniken wie z.B. Aufschwung, Umschwung, Abgang (Reck); Schwingen, Hockhang, Sturzhang, Schwungverstärkung (Ringe)

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Optimierung der individuellen Bewegungsqualität unter Berücksichtigung turnspezifischer Bewegungsformen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren Kriterien geleitet Bewerten
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.
-

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Alternative Sportspielvarianten (Beach- und Streetsport)** – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball, Streetball, Speed Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr**Unterrichtsvorhaben VII:**

Thema: Akrobatik wir bauen einen Turm – miteinander turnen, helfen, sichern

BF/SB: Bewegen an Geräten- Turnen

Inhaltlicher Kern:

Akrobatische Figuren

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- akrobatische Figuren erlernen und verbinden
- Verantwortung für sich und die Gruppe (Risiken abwägen, gemeinsam Handeln)

Inhaltsfelder:

b – Bewegungsgestaltung; e - Kooperation

Inhaltliche Schwerpunkte:

Partner- und Gruppengestaltungen entwickeln und im nicht-kompetitiven Bereich gemeinsam handeln und sich verständigen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von akrobatischen Figuren erkennen
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läufersystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Parkour – turnerische Elemente situativ in anderen Kontexten anwenden (Bewegungsfluss)

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern:

Vielfältiges Überwinden von Hindernissen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Techniken (z.B. Deep jump, Tic Tac, Präzisionssprung, Katzensprung etc.)

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegung erfahren
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Organisation und Durchführung klassischer Sportspielwettkämpfe – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen Sportarten

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Fast so schön wie fliegen; Sprünge vom Minitrampolin – normgebundene und normungebundene Bewegungserfahrungen entdecken und erweitern, Risiken abwägen

BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltliche Kerne:

Normgebundene und normungebundene Sprungvariationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Verbesserung der Bewegungsqualität sowie kreative Auseinandersetzung mit Sprungvariation

Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung, b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegung erfahren
- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten).

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

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

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

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

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

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →19 Wochen = 57 Stunden	UV 1	Hier steppt der Bär – Präsentation und Beurteilung einer Stepaerobic Choreographie unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gestaltungskriterien sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Armbewegungen ca.12 – 15 Stunden
	UV 2	Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Technik – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung in einer Spielsportart. ca.12 – 15 Stunden
	UV 3	So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 9 – 18 Stunden
Q 1.2 → 21 Wochen = 63 Stunden	UV 4	Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Taktik – Spielgemäße Entwicklung (<i>tactical games approach</i>) von Angriff- und Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.15 – 18 Stunden
	UV 5	Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen → in Verbindung mit dem UV 10 ca.15 – 18 Stunden
		Alternative Sportspielvarianten (Beach- und Streetsport) –

	UV 6	Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 12 - 15 Stunden
	Freiraum	ca.18 - 27 Stunden
Q 2.1 → 16 Wochen = 54 Stunden	UV 7	Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen ca.12 – 15 Stunden
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit (z.B. Läufersystem, Zonenverteidigung, Badminton Doppel) ca.12 – 15 Stunden
	UV 9	Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der Entspannung zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen (z.B. Yoga) ca.15 – 18 Stunden
	Freiraum	ca. 6 - 15 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 11 Wochen = 33 Stunden	UV 10	Organisation und Durchführung klassischer Sportspielwettkämpfe – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen Spielsportarten ca.12 – 15 Stunden
	UV 11	Standardtänze - Vorbereitung auf den Abiball (z.B. Discofox, Walzer) ca.12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 3 - 9 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema: Hier steppt der Bär – Präsentation und Beurteilung einer Stepaerobic Choreographie unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gestaltungskriterien sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Armbewegungen</p> <p>BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p>Inhaltlicher Kern: Gymnastik</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und

in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Technik – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (c)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (e)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethode gezielt für sich selbst nutzen

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

Inhaltlicher Kern:

funktionales Muskeltraining **ohne Geräte, mit einfachen Geräten** und mit speziellen

Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Erfolgreich im Angriff und der Abwehr /Taktik – Spielgemäße Entwicklung (*tactical games approach*) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

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

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer,

Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen.

Inhaltsfeld: Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (SK)

Zeitbedarf: 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Alternative Sportspielvarianten (Beach- und Streetsport)** – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball, Streetball, Speed Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

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

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

Inhaltlicher Kern:

funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und **mit speziellen**

Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

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

Inhaltlicher Kern:

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Organisation und Durchführung klassischer Sportspielwettkämpfe – Überprüfung der in der Oberstufe erworbenen Kompetenzen in verschiedenen Sportarten

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball, Basketball, Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Standardtänze – Vorbereitung auf den Abiball (z.B. Discofox, Walzer)

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

Inhaltlicher Kern:

Gesellschaftstänze

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Stilgebundene tänzerische Bewegungskompositionen ausführen und präsentieren

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Standardtänzen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

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

Überfachliche Grundsätze:

- Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.
- Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Clara-Schumann Gymnasium folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt. Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können. Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und

visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis- Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen. Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie gehören im Leistungskurs zum festen Bestandteil des Unterrichts. Im Grundkurs werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

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

Verbindliche Absprachen:

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

Die Fachkonferenz strebt unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler

- sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
- sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
- Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
- Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
- Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
- motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
- sportliches Können weiterentwickeln kann und
- sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

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

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

Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
- *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*

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

Konkretisierung zu 3 und 4:

- *Bewertung einer Gruppenleistung*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen.*

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

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

4 Qualitätssicherung und Evaluation

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am Clara-Schumann Gymnasium soll der Unterricht regelmäßig evaluiert werden (z.B. **Schülerfeedback**, Hospitation etc.). Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

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