



Leibniz-Gymnasium Essen

Schulinternes Curriculum

Grundsätze der Leistungsbewertung

Sport

Teil 1: Sekundarstufe I	Seite 3 - 28
Teil 2: Sekundarstufe II	Seite 28 - 38
Teil 3: Grundkurse (EF und Q1/2)	Seite 38 - 80
Teil 4: Leistungskurs (Q1/2)	Seite 80 - 108

Teil 1: Sekundarstufe I

Inhaltsverzeichnis

1. Planung der Umsetzung und Evaluation	Seite 3
2. Gesamtübersicht Obligatorik und Freiraum in der Sekundarstufe I	Seite 4
3. Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen	Seite 5
4. Leistung und ihre Bewertung	Seite 20
5. Beispielkarten für die UVs im Bewegungsfeld 6	Seite 23
6. Leere Vorlage für die Ausgestaltung der UVs	Seite 28

1. Planung der Umsetzung und Evaluation

- Ab dem zweiten Halbjahr des Schuljahres 2013/14 erfolgt die Ausgestaltung der einzelnen UVs durch die jeweils unterrichtenden Lehrkräfte. Die Ergebnisse werden in Form der Karten verschriftlicht.
- In den folgenden Fachkonferenzen findet eine Evaluation der UVs und des Lehrplans statt.

2. Gesamtübersicht der Obligatorik und Freiräume in der Sekundarstufe I

Jgst. 5	Jgst. 6	Jgst. 7	Jgst. 8	Jgst. 9
Laufen, Springen ... 3.1 (8 Std.)	Laufen, Springen ... 3.3 (8 Std.)	Laufen, Springen... 3.4 (12 Std.)	Laufen, Springen... 3.6 (6 Std.)	Laufen, Springen... 3.8 (10 Std.)
Den Körper wahrnehmen ... (5 Std.)	Das Spielen entdecken... 2.2 (3 - 6 Std.)	Spielen in... 7.5 (12 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Den Körper wahrnehmen... 1.4 (5 Std.)
Gestalten, Tanzen Darstellen 6.1 (9 Std.)	Freiraum 6 bis 10 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Den Körper wahrnehmen... 1.3 (5 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)
Freiraum (6 bis 10 Std.)	Bewegen an Geräten 5.2 (8 Std.)	Gestalten, Tanzen, Darstellen 6.3 (6 Std.)	Das Spielen entdecken 2.4 (9 Std.)	Bewegen an Geräten 5.5 (10 Std.)
Das Spielen entdecken ... 2.1 (3- 6 Std.)	Spielen in... 7.3 (9 Std.)	Das Spielen entdecken... 2.3 (6 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Gestalten, Tanzen, Darstellen 6.5 (9 - 12 Std.)
Spielen in ... 7.1 (6 Std.)	Gestalten, Tanzen Darstellen 6.2 (8 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Ringens und Kämpfen 9.2 (10 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)
Bewegen an Geräten 5.1 (9 Std.)	Freiraum 6 bis 10 Std.)	Bewegen an Geräten 5.3 (8 Std.)	Spielen in... 7.7 (6 Std.)	Spielen in... 7.9 (selber wählbar)
Freiraum (6 bis 10 Std.)	Ringens und Kämpfen 9.1 (8 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Bewegen an Geräten 5.4 (8 Std.)	Gleiten, Fahren... 8.1 (8 Std.)
Bewegen im Wasser 4.1 (8 Std.)	Spielen in... 7.4 (6 Std.)	Spielen in... 7.6 (12 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Laufen, Springen... 3.9 (8 Std.)
Bewegen im Wasser 4.2 (10 Std.)	Bewegen im Wasser 4.4 (10 Std.)	Laufen, Springen... 3.5 (10 Std.)	Spielen in... 7.8 (14 Std.)	Den Körper wahrnehmen... 1.5 (6 Std.)
Bewegen im Wasser 4.3 (10 Std.)	Bewegen im Wasser 4.5 (6 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)	Freiraum (6 bis 10 Std.)
Laufen, Springen ... 3.2 (8 Std.)	Bewegen im Wasser 4.6 (8 Std.)	Den Körper wahrnehmen... 1.2 (5 Std.)	Laufen, Springen... 3.7 (10 Std.)	Stunden UV = 68 bis 71
Freiraum (6 bis 10 Std.)	Freiraum 6 bis 10 Std.)	Stunden UV = 71	Gestalten, Tanzen Darstellen 6.4 (9 Std.)	Stunden Freiraum = 18 bis 30
Spielen in ... 7.2 (9 Std.)	Stunden UV = 74 bis 77	Stunden Freiraum = 18 bis 30	Stunden UV = 77	
Stunden UV = 77 bis 80	Stunden Freiraum = 18 bis 30		Stunden Freiraum = 18 bis 30	
Stunden Freiraum = 18 bis 30				

3. Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 1 - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Sich zusammen anstrengen und Spaß haben - bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssituationen erkennen und Verstehen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	1	A/F	5	1			1,2			1	1,2,4	

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
2	Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? - Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern sowie Entspannung lernen.
3	Sport ist so vielseitig! - sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten
4	Wie fit bin ich? - Wie werde ich besser? - seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden
5	Wie bereite ich mich gezielt für spezifische Sportarten vor und nach? - selbständig spezifische Aufwärm- und Trainingsmethoden für ausgewählte Sportarten anwenden und im „Cool down“ passende Entspannungsmethoden einsetzen.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
2	1	A/D /F	5	3	1	1	1,2		1.2	1.1		1.2
3	1	D/E	5	1	1	1	1.1:1.3		1.2			1.1:1.3
4	1		5	1,2,3	1	1	1.2			1.2		1.1:1.2:1.3
5	1		6	1,2	1	1	1.1:1.3			1.1		1.1:1.2

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld /Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 2 -
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
 Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Über Variationen des Völkerballspiels bereiten wir uns auf unser erstes Spielturnier Völkerball vor !
2	Einführung des Spiels „Ball über die Schnur“ mit dem Partner und in kleinen Gruppen
3	Was spielt Ihr in der der freien Zeit ? - Vorstellung, Reflexion und Entwicklung kleiner Pausenspiele

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	2	D	3-6	2.1; 2.3	2.1	2.1 (Bf7.1)				1	4	
2	2	E	3-6	2.1 (Bf7.2; 7.3)	2.1						1; 3	
3	2	E/F	6	2.2	2.1	2.1					3;4	1;

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
4	Spiele aus anderen Kulturkreisen: Wir erproben die originale Spielidee und verändern sie.
5	Wir lernen neue Spiele kennen: Hinführung zu mehreren Spielen, wie z.B. Flagfootball, Unihockey, Lacrosse, Frisbee, o.ä., anhand von methodischen Übungsreihen. (Die unterschiedlichen Sportspiele können auf die Jg.-St. verteilt werden !!)

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
4	2	E	9	2.3 (Bf7 7.1, 7.3)	2.1 (Bf7 7.1, 7.3)	2.1					1 - 4	
5	2	D/E	12	2.1; 2.2 (Bf7 7.1, 7.3)	(Bf7 7.1, 7.3)					2	1	

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld /Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

**Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 3 -
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik**

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Ich erprobe meinen Körper - Laufen, Springen, Werfen in großer Vielfalt wahrnehmen
2	Ich weiß, wie gut ich das kann - Sprint, Weitsprung und Wurf auf grundlegendem Fähigkeitsniveau erlernen und die eigene Leistung grundlegend beurteilen
3	Wie schaffe ich das Laufabzeichen? Vorbereitung und Realisierung eines individuell nivelliertes Laufabzeichen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	3	A/D /F	8	3.1; 3.2; 3.4	3.1; 3.2		1			1,2,3	1,2	
2	3	A/D	8	3.1; 3.2; 3.4	3.1; 3.2	3.2	1			1,2,3	4	
3	3	A/D	8	3.1		3.1; 3.2	2	1		1		

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
4	Wie gut schlage ich mich beim Wettkampf? Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes
5	Sich ins Team einbringen - Gestaltung eines leichtathletischen Gruppenwettkampfes
6	Hochsprung relativ super - Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen
7	Wie kann ich noch weiter springen - Vertiefung der Weitsprungtechnik durch Reflektion von beobachtbaren Bewegungsmerkmalen
8	Ausdauersport tut mir gut - Trainieren für ein Laufabzeichen unter Berücksichtigung körperlicher Belastungsmerkmale
9	Die Kugel wird gestoßen! - Erlernen der grundlegenden Bewegungsmerkmale des Kugelstoßens

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
4	3	D/E	12	1,3,4	1,2	1				1,2	1,4	
5	3	C/D /E	10	3,4	1	1			1	1	1,2,4	
6	3	D/E	6	1,2	1					1,3	1,3,4	
7	3	D/E	10	1,2	1					1,2	1	
8	3	D/F	10	1,2	2	1	1			1,2		2
9	3	A/D	8	1,2	1		1			1,2		

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld /Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 4 - Bewegen im Wasser - Schwimmen

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Nie wieder Bleiente - Sammeln grundlegender Bewegungserfahrungen im Wasser
2	Vom Bauch auf den Rücken - Rückenkraulschwimmen erlernen (je nach Vorkenntnissen aus der Grundschule)
3	Dem inneren Schweinehund davonschwimmen - In einer selbstgewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen
4	Ich will meine Technik verbessern - eine Wechselzugtechnik mit Start und Wende beherrschen können
5	Wir fördern unsere eigene Gesundheit durch Ausdauertraining - Ausdauerleistung individuell steigern
6	Sich und andere retten können - Rettungsschwimmen nach den Vorgaben des DLRG

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	4	A	8	1,4	1,2	1	1,2,3					
2	4	A/D	10	2	1	1	1,2,3			1		
3	4	F/D	10	3	2	1				1,2		2
4	4	A	10	1,2			1,2,3			1		
5	4	D/F	6	3	1	1			2	1,2,3		2,3
6	4	A/E	8	4	1		1		1,3		1,2	1,2,3

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld / Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese
Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und
Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

**Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 5 -
Bewegen an Geräten - Turnen**

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Bodenturnen: Eine (körper-)spannende Angelegenheit - Grundelemente erlernen und in einer Kurz-Kür vorführen
2	Turnen wie Tarzan: An unterschiedlichen Geräte sicher stützen, schwingen, springen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	5	A/B	9	1,2	1	1	1,2	1				
2	5	A/C	8	1,2,3	1,2		1,2,3		1,2,3			1

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
3	Akrobatische Weltreise - akrobatische Gruppendarstellung von Sehenswürdigkeiten aus aller Welt
4	Gehopst wie gesprungen: Die Fortbewegungskunst „Le Parkour“
5	Wir machen große Sprünge - Sicher springen von Minitrampolin

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
3	5	A/B /E	8	2,3	1,2,3	2	1,3	1,2,3				
4	5	A/C /D	8	1,2,4	1,3	1	1,2,3		2,3	1		1
5	5	A/B /C	8	2,3	1,2	1,2	1,2	2	1,2,3			

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld / Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

**Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 6 -
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz**

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Komm hol' das Lasso raus! - Gymnastischer Einsatz des Handgeräts Seil und Entwicklung einer einfachen Einzelkür
2	Darf ich bitten?! - Grundformen des Paartanzes an einem exemplarischen Beispiel erarbeiten und präsentieren

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	5	A/B	9	1,2	1,2	1	1	1,2,3		2,4		
2	5	A/C	8	1,2,3	1,2	1	1	1			2	

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
3	Flashmob - Wir bewegen die ganze Jahrgangsstufe! Erarbeitung eines Gruppentanzes innerhalb des Klassenverbandes und Zusammenfügen zu einer Gesam choreografie mit der gesamten Jahrgangsstufe 7
4	Hip Hop - Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer kriteriengeleiteten Gruppenchoreografie
5	BallKoRobics - Erweiterung des Bewegungsrepertoires in Gruppenkompositionen unter Berücksichtigung der vielfältigen Erscheinungsformen der Aerobicsschritte in Kombination mit dem Basketball.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
3	5	A/B /E	8	1,2	1	1,2	1,2	1,2,3			2	
4	5	A/C /D	9	1,2,4	1	1,2	1,2	1,2		3		
5	5	A/B /C	9-12	1,2,3,4	1	1,2	1,2	1,2,3		2		

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld /Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 7 - Spielen in und mit Regelstrukturen

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) und der Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Wir spielen Federball - Miteinander den Ball im Spiel halten.
2	Mit dem Fuß spielen - Aufarbeitung von Fertigkeiten in unterschiedlichen Spielvarianten (Ballschule ein ABC für Spielanfänger, Roth).
3	Fußballspielen in kleinen Mannschaften - Wir laufen uns frei, bieten uns an um Tore zu schießen.
4	Über Passen und Fangen gemeinsam Punkte erzielen - (Korbball, Turmball, etc...).
5	Wir spielen volley - vom 1:1 zum 2:2 miteinander und gegeneinander (siehe Anlage Skript; König, ...)

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	7	E	6	7.4							1;	
2	7	E	9	7.1; 7.2; 7.4 (Bf2.1)	7.2						1;	
3	7	D/E	9	7.1; 7.2	7.2	7.1				1;	1;	
4	7	E	6	7.1; 7.3	7.1	7.1					1;2;3;	
5	7	D/E	12	7.1; 7.2; 7.4 (Bf2; 2.1)	7.2					1;	1;	

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
6	Vom Federball zum Badminton - Die andere Spielidee und die daraus resultierenden Veränderungen in Taktik und Technik erfahren.
7	Wer ist der „Beste“ - Exemplarische, eigenständige Organisation und Durchführung einer Turnierform aus einer der folgenden Sportarten: VB (auch Beachvolleyball), FB (auch Fußballtennis), Bad (Einzel Halbfeld), BB (auch Streetball).
8	3 Ballkontakte zum Punkterfolg - Im Spiel 3:3 die taktischen Grundsituationen des Volleyballs und hierzu die entsprechenden technischen Fertigkeiten vertiefen.
9	Freiraum für FB oder BB

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
6	7	D	12	7.1;	7.1	7.1				1		
7	7	D/E	6	7.2; 7.3	7.3	7.2				1;3	1;2; 3;4	
8	7	D/E	14	7.1; 7.2;	7.1; 7.2	7.1				1; 2	1;	
9	7											

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld / Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

**Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 8 -
Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport**

**Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):**

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Projekttag - Wir erobert das Wasser

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	8	1/3	6	1,2	1	1,2	1,2,3		1,2,3			1

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld /Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld/ Sportbereich 9 - Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Übersicht der Unterrichtsvorhaben (UV) mit Zuordnung der
Kompetenzerwartungen und Inhaltsfelder (IF):

Jahrgangsstufe 5/6:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
1	Ringen und Kämpfen, aber fair! Spielerische Gruppen- und Zweikämpfe ohne und mit direktem Körperkontakt

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	9	A/C /E	8	1,2	1	1		2,3		1		

Jahrgangsstufe 7/9:

UV Nr.	Thema des Unterrichtsvorhabens
2	Kämpfen, Werfen, Fallen und trotzdem fair: Judo! - Grundlegende Technik des Judokampfsports und der dazugehörigen traditionellen Verhaltensweisen erlernen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	9	C/A	10	1,2	1,2	1,2,3		2,3				

Erklärungen:

UV= Unterrichtsvorhaben

BF= Bewegungsfeld / Sportbereich

PP= Pädagogische Perspektive

Std.= Anzahl der Stunden für diese
Unterrichtsreihe

BWK = Bewegungs- und
Wahrnehmungskompetenz

MK= Methodenkompetenz

UK= Urteilskompetenz

IF= Inhaltsfeld

4. Leistung und ihre Bewertung

- Grundsätze

Die Leistungsbewertung ist Grundlage für die Förderung der Schüler, für die Beratung der Schüler und die Beratung der Erziehungsberechtigten. Dabei sollen die Schüler und Erziehungsberechtigten über den im Unterricht erreichten Könnensstand und Lernfortschritt informiert werden.

Es sind bei der Leistungsbewertung folgende Grundsätze zu beachten:

- Bewertung bezogen auf die Vielfalt der Leistungsdimension (Berücksichtigung von motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen)
- Bewertung vor dem Hintergrund der individuellen Möglichkeiten (Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen und Entwicklungen der Schüler)
- Transparenz und Angemessenheit von Bewertung (Offenlegung der Bewertungskriterien gegenüber den Schüler)

Im Sport erleben die Schüler meist eine unmittelbare Rückmeldung über ihr Leistungsergebnis. Da Leistungen im Sport zum einen das Selbstbewusstsein fördern zum anderen aber auch das Selbstwertgefühl beeinträchtigen können, muss bei der Gestaltung von Leistungssituationen sensibel und verantwortungsvoll vorgegangen werden. Daher ist es wichtig, den individuellen Lernfortschritt vor den Vergleich mit Anderen zu stellen.

- Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung

Bei jedem Unterrichtsvorhaben können folgende Aspekte in die Leistungsbewertung einfließen.

- Motorische Fähigkeiten und Wissen
1. Individuelle sportmotorische Lern- und Leistungsfortschritte bzgl. Kondition (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit), Koordination, Bewegungsqualität und Spielfähigkeit
 2. Körper- und sportbezogenes Wissen
 3. Sozialverhalten
 - Kooperationsfähigkeit und Hilfsbereitschaft
 - Konfliktverhalten
 - Umgang mit Regeln
 - Fairness

4. Arbeitsverhalten

- Lern- und Leistungsbereitschaft; Anstrengungsbereitschaft
- Zuverlässigkeit
- Selbstständigkeit

Leistungsbewertung unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektiven

Die im Unterricht durchgeführten Unterrichtsvorhaben basieren in der Regel auf der Umsetzung von pädagogischen Perspektiven. Im Folgenden werden beobachtbare und damit auch bewertbare Verhaltensweisen unter Berücksichtigung der einzelnen pädagogischen Perspektiven angeführt.

- Unter allen pädagogischen Perspektiven beobachtbare Verhaltensweisen

1. Bewegungskönnen zeigen
2. Sich auf Unterrichtssituationen einlassen
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
4. Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern

Unter der Pädagogischen Perspektive A (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern) beobachtbare Verhaltensweisen

- Unter dieser Perspektive lassen sich nur begrenzt Verhaltensweisen beobachten, die bewertet werden können. Da diese Perspektive jedoch in enger Verknüpfung zu den anderen Pädagogischen Perspektiven steht, lassen sich einige Lernerfolge unter der Perspektive A auch in Verhaltensweisen unter den anderen Perspektiven sichtbar werden.

Unter der pädagogischen Perspektive B (sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten

Unter der pädagogischen Perspektive C (etwas wagen und verantworten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Sich auf herausfordernde Bewegungsaufgaben einlassen
- Umgang mit herausfordernden Bewegungsaufgaben
- Einschätzen des eigenen Könnens

Unter der pädagogischen Perspektive D (das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Fehler erkennen und korrigieren
- Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen
- Taktische Fähigkeiten nachweisen
- In Leistungssituationen Einsatz zeigen
- Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren

Unter der pädagogischen Perspektive E (kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Absprache mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- bzw. Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- Fair handeln - über das bloße Einhalten von Regeln hinaus

Unter der pädagogischen Perspektive F (Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln) beobachtbare Verhaltensweisen

- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen
- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln

Formen der Leistungsbewertung

Die unter 3. genannten Verhaltensweisen können sowohl punktuell als auch unterrichtsbegleitend erfasst werden.

Punktuelle Leistungsbewertungen

1. Demonstrationen (Spielbeobachtung, Techniküberprüfung; Präsentation einer Gruppenarbeit,...)
2. Motorische Test
3. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung (Aufwärmprogramme, Übernahme von Unterrichtsteilen, ...)
4. Sportabzeichen, Bundesjugendspiele, Teilnahme an Stadtmeisterschaften

Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen

1. Qualität und Umfang der motorischen und kognitiven Leistungen
2. Individueller Lernfortschritt bei der motorischen Leistung
3. Engagement / Arbeitsbereitschaft im Sportunterricht
4. Sozialer Umgang mit sich und den Mitschülern
5. Beiträge bei Unterrichtsgesprächen
6. Hausaufgaben

5. Beispielkarte für ein UV

Jahrgangsstufe 5: Unterrichtsvorhaben Bewegungsfeld *Gestalten Tanzen Darstellen -Gymnastik/Tanz*

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs Stunden	Vernetzen mit UV
Gestalten Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten	5	9	-

Komm hol' das Lasso raus! – Gymnastischer Einsatz des Handgeräts Seil und Entwicklung einer einfachen Einzelkür

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

(BWK 1) technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit Handgerät anwenden und beschreiben,

(BWK 2) grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen allein anwenden.

Methodenkompetenz

(MK 1) durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen,

(MK 2) einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren.

Urteilskompetenz

(UK 1) einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten.

Jahrgangsstufe 6: Unterrichtsvorhaben Bewegungsfeld *Gestalten Tanzen Darstellen -Gymnastik/Tanz*

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs Stunden	Vernetzen mit UV
Gestalten Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten	6	8	UV Klasse 5 (Rhythmusschulung)

Darf ich bitten?! – Grundformen des Paartanzes an einem exemplarischen Beispiel erarbeiten und präsentieren

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

(BWK 1) technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens anwenden und beschreiben,

(BWK 2) grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe anwenden,

(BWK 3) grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben (z.B. Gruppenformationen).

Methodenkompetenz

(MK 1) durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen,

(MK 2) einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren.

Urteilskompetenz

(UK 1) einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten.

Jahrgangsstufe 7: Unterrichtsvorhaben Bewegungsfeld Gestalten Tanzen Darstellen -Gymnastik/Tanz

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs Stunden	Vernetzen mit UV
Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs Stunden	Vernetzen mit UV
Gestalten Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten	7	6	Klassenübergreifender Sportunterricht

Flashmob – Wir bewegen die ganze Jahrgangsstufe! Erarbeitung eines Gruppentanzes innerhalb des Klassenverbandes und Zusammenfügen zu einer Gesamtchoreografie mit der gesamten Jahrgangsstufe 7

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

(BWK 1) ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens in der Gruppe strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,

(BWK 2) in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) in der Gruppe anwenden und zielgerichtet variieren,

Methodenkompetenz (MK)

Die Schüler und Schüler können

(MK 1) ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.

Urteilskompetenz (UK)

Die Schüler und Schüler können

(UK 1) die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,

(UK 2) bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.

Gestalten Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten	8	9	-
---	---	---	---	---

**Jahrg
angsst**

ufe 8: Unterrichtsvorhaben Bewegungsfeld Gestalten Tanzen Darstellen -Gymnastik/Tanz

Hip Hop – Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer kriteriengeleiteten Gruppenchoreografie

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 4, MK 1, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

(BWK 1) ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,

(BWK 2) in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren,

(BWK 4) eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.

Methodenkompetenz (MK)

(MK 1) ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.

Urteilskompetenz (UK)

(UK 1) die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,

(UK 2) bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.

Jahrgangsstufe 9: Unterrichtsvorhaben Bewegungsfeld Gestalten Tanzen Darstellen -Gymnastik/Tanz

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs Stunden	Vernetzen mit UV
Gestalten Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	B – Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten	9	Mind. 9	-

BallKoRobics – Erweiterung des Bewegungsrepertoires in Gruppenkompositionen unter Berücksichtigung der vielfältigen Erscheinungsformen der Aerobicsschritte in Kombination mit dem Basketball.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 1, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

(BWK 1) ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,

(BWK 2) in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren,

(BWK 3) Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren,

(BWK 4) eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern.

Methodenkompetenz (MK)

(MK 1) ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –themen Kompositionen kriteriengeleitet – allein oder in der Gruppe – entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z. B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern.

Urteilskompetenz (UK)

(UK 1) die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen,

(UK 2) bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen.

6. Leere Vorlage für die Ausgestaltung der UV

Bewegungsfeld/ Sportbereich	Päd. Perspektive Leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UVs Stunden	Vernetzen mit UV



Leibniz-Gymnasium Essen

Schulinternes Curriculum

Grundsätze der Leistungsbewertung

Sport

Sekundarstufe II

Einführungsphase

Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben für die Sek. II 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 Darstellung der Inhalte erfolgt auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Zunächst wird die **Einführungsphase** vorgestellt, die mit Beginn des Schuljahres 2014/15 Gültigkeit bekommt. Die **Qualifikationsphase** wurde nach einer weiteren Implementationsrunde für das Schuljahr 2015/16 ergänzt.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf bezogen auf die festgelegten Unterrichtsvorhaben (UV) versteht sich als grobe Orientierungsgröße, der 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. 80 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zur „Gesamtübersicht über die verbindlichen Unterrichtsvorhaben“ und deren „Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz, verbindlich ist, besitzt die zu einem späteren Zeitpunkt angestrebte exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen würden 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 dienen. 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 müssen.

Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im Folgenden wird zunächst ein Plan für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die sowohl Grundkursprofile als auch ein Leistungskursprofil entwickelt wurden.

Einführungsphase (EPH)

Allgemeine Vorgaben zur Profilbildung in der EPH

*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).*

Schulspezifische Vorüberlegungen zur Profilbildung in der EPH

- Die Fachkonferenz Sport hat sich für ein verbindliches Profil für die EPH entschieden, damit gleiche Bedingungen für die Kurswahlen der Q-Phase gegeben sind.
- Das Kursprofil wird von **3 verbindlichen** Bewegungsfeldern und Sportbereichen getragen.
 - Bf3 (Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik),
 - Bf6 (Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste) und
 - Bf7 (Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele)
- Bestimmend für die Auswahl dieser 3 Bewegungsfelder und Sportbereiche sind die zur Wahl stehenden Profile der Q-Phase.
- Eine Erweiterung des Angebotes erfolgt aber noch über den Rückgriff auf einen Teilbereich von **Bf1** (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen). Hierdurch werden eine sachgerechte Abdeckung von bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzen sowie der Erhalt wichtiger, erprobter Unterrichtsinhalte (z.B. 5000m-Lauf) sichergestellt.
- **Bf4** (Bewegen im Wasser – Schwimmen) wird, obwohl für ein Kursprofil der Q-Phase profilbildend im Wahl-Angebot, nicht aufgegriffen, um kulturelle Problemstellung nicht den Unterricht bestimmen zu lassen; außerdem besteht kein ausreichendes Schwimmzeitangebot, um allen EPH-Kursen gerecht werden zu können.
- Darüber hinaus werden mit Blick auf die 3 leitenden Bf weitere profilierende Aspekte festgelegt:
 - **Bf3** wird in 3 UV thematisiert.
 - Weil die Schule traditionell das Stadtwaldfest der Essener Schulen mit dieser Jahrgangsstufe unterstützt, ist das erste UV dem Projekt „Wettkampfrichtertätigkeit beim Stadtwaldfest“ zugeordnet.
 - Um der inhaltlichen Arbeit in Q-Phase, speziell dem LK, nicht Gegenstände vorwegzunehmen, sollen die UVs zum Bf 3 nicht auf „Sonderdisziplinen“ der LA wie Hürdenlauf, Speer- und Diskuswurf zurückgreifen, wie in einer BWK der EPH gefordert wird. Vielmehr können / sollen auf Grund der unterrichtlichen Rahmenbedingungen z.T. nicht hinreichend ausgebildete Disziplinen vertieft werden.
 - **Bf6**: Als Handgeräte werden Reifen und Seil festgelegt, um Jungen und Mädchen vergleichbar gute Arbeitsgrundlagen zu bieten.

- **Bf7:** Der Sportbereich Fußball wird mit keinem Schwerpunkt unterrichtet, um Sportbereiche besonders thematisieren zu können, die für die Wahl von Gks bzw. den LK in der Regel mehr Förderbedarf benötigen, da sie häufig noch nicht auf ein notwendiges Niveau entwickelt sind.
- Der zeitliche Umfang der UV ist in der Regel bewusst nicht zu hoch angesetzt. Daraus ergibt sich
 - mehr Flexibilität des Einfügens in der Planung innerhalb des Schuljahres sowie insbesondere aber
 - eine klare Akzentuierung der Inhaltsfelder und der Kompetenzerwartungen.
- Deshalb ist die Abfolge der unten ausgewiesenen UV nicht als zwingende Chronologie zu verstehen.
 - Sie wird nicht zuletzt von den für den Unterricht räumlich z.T. unterschiedlichen Rahmenbedingungen der zur Verfügung stehenden Sportstätten sowie deren unterschiedliche materiale Ausstattung bestimmt.
 - Das durch das Projekt „Wettkampfrichtertätigkeit beim Stadtwaldfest“ bestimmte UV wird aber notwendigerweise direkt zu Beginn der EPh zu behandeln sein.
 - Mit Blick auf das Angebot für am LK interessierte Schüler, sich im Schreiben einer Klausur zu erproben, ist das UV zur Ausdauer zu Beginn, das UV zu den Spielregeln zu Beginn des 2.Halbjahres anzusetzen.
- Es wird Wert darauf gelegt, dass wichtige Kompetenzerwartungen - z.T. in leicht abgewandelter Form zu den Vorgaben des KLP - in verschiedenen UV eingebracht werden, um ihre Bedeutung besonders herauszuarbeiten.

Gesamtübersicht über die verbindlichen Unterrichtsvorhaben

Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
<p style="text-align: center;">UV I</p>	<p>Kampfrichtertätigkeit bei leichtathletischen Disziplinen des Kurses und beim Stadtwaldfest – Auf der Basis der Planung, Durchführung und Auswertung leichtathletischer Mehrkämpfe (Lauf, Sprung und Wurf/Stoß) im Kurs und beim Stadtwaldfest die Wettkampfrichtertätigkeit eigenverantwortlich organisieren.</p> <p>ca. 8 Stunden</p> <p><u>Anmerkung:</u> 1. Hj. / 1. UV, da Stadtwaldfest in der 5. vollen Schulwoche nach Schulbeginn stattfindet</p>
<p style="text-align: center;">UV II</p>	<p>Ich will wissen, wie „meine“ Kugel weiter fliegen kann – Durch die Erprobung verschiedener Kugelstoßtechniken und deren Besonderheiten die eigene individuelle Technik anhand von unterschiedlichen Lernwegen finden, kriteriengeleitet beurteilen und verbessern.</p> <p>ca. 12 Stunden</p>
	<p>Mit Durchblick und Emotionen hoch Springen – Hochsprungtechnik mit Hilfe analytisch synthetischer Methoden unter Einbeziehung entsprechender Hilfsmittel (Bildreihe,</p>

UV III	Videoanalyse, ...) analysieren sowie individuell optimieren und in UV abschließenden absoluten und auch relativen Hochsprungmannschafts-wettbewerben die Bedeutung emotionaler Faktoren (Freude, Frustration) zu erfahren. ca. 12 Stunden
UV IV	Erstellen einer Kleingruppenchoreografie in der „Tanzart“ Aerobic unter den Aspekten Belastung und Aufstellungsform ca. 12 Stunden
UV V	Entwickeln einer Partnerkür unter Einbezug turnerischer Elemente und unter Hinzunahme eines gymnastischen Handgerätes (Seil / Reifen) mit improvisierten Anteilen. ca. 12 Stunden
UV VI	Experimentieren mit Regeln um technische und taktische Lernprozesse zu steuern und geschlechtsspezifische Ungleichheiten auszugleichen, an Hand der Sportart Basketball und Fußball. ca. 12 Stunden <u>Anmerkung:</u> 2. Hj. für mögliches Klausur - Angebot
UV VII	Reduziertes Spielen im Badminton (Halbfeld) und Volleyball (3:3) unter besonderer Beachtung der Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen. ca. 24 Stunden
UV VIII	Ausdauer schulen und die Körperreaktionen erfassen, um mit Hilfe eines individuellen Trainingsplans einen Ausdauerlauf (5000m) absolvieren zu können. ca. 12 Stunden <u>Anmerkung:</u> 1. Hj. für mögliches Klausur - Angebot
Freiraum	ca. 4 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (EPh) UVs zum Bf3 (Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik)
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u>

Thema:

Kampfrichtertätigkeit bei leichtathletischen Disziplinen des Kurses und beim Stadtwaldfest – Auf der Basis der Planung, Durchführung und Auswertung leichtathletischer Mehrkämpfe (Lauf, Sprung und Wurf/Stoß) im Kurs und beim Stadtwaldfest die Wettkampfrichtertätigkeit eigenverantwortlich organisieren.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

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

Inhaltsfeld(er):

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- 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)

Zeitbedarf: 8 Stunden

Anmerkung: 1. Hj. / 1. UV, da Stadtwaldfest in der 5. vollen Schulwoche nach Schulbeginn stattfindet

Unterrichtsvorhaben II:**Thema:**

Ich will wissen, wie „meine“ Kugel weiter fliegen kann – Durch die Erprobung verschiedener Kugelstoßtechniken und deren Besonderheiten die eigene individuelle Technik anhand von unterschiedlichen Lernwegen finden, kriteriengeleitet beurteilen und verbessern.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (s. Anmerkung in den Vorbemerkungen).

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Leistung (d) - Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.(UK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (UK)

- Zeitbedarf: 12 Stunden

Unterrichtsvorhaben III:**Thema:**

Mit Durchblick und Emotionen hoch Springen - Hochsprungtechnik mit Hilfe analytisch-synthetischer Methoden unter Einbeziehung entsprechender Hilfsmittel (Bildreihe, Videoanalyse, ...) analysieren sowie individuell optimieren und in UV abschließenden absoluten und auch relativen Hochsprungmannschaftswettbewerben die Bedeutung emotionaler Faktoren (Freude, Frustration) zu erfahren.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (s. Anmerkung in den Vorbemerkungen).

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Wagnis und Verantwortung (c) - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (SK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (UK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Einführungsphase (EPH)

UVs zum

Bf6 (Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik, Tanz, Bewegungskünste)

Unterrichtsvorhaben IV:**Thema:**

Entwickeln einer Kleingruppenchoreografie in der Tanzart Aerobic unter den Aspekten Belastung und Aufstellungsform

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

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

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsgestaltung **(b)** – Gestaltungskriterien
- Leistung **(d)** - Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- Eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Unterrichtsvorhaben V:

Thema:

Entwickeln einer Partnerkür unter Einbezug turnerischer Elemente und unter Hinzunahme eines gymnastischen Handgerätes (Seil / Reifen) mit improvisierten Anteilen.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:(BWK).

- Ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsgestaltung **(b)** – Gestaltungskriterien
- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen **(a)** - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK)
- Eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Einführungsphase (EPH)

UV zum

BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema:

Experimentieren mit Regeln um technische und taktische Lernprozesse zu steuern und geschlechtsspezifische

Ungleichheiten auszugleichen, an Hand der Sportart 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, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

Inhaltsfeld(er):

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)
- Den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)
- Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

Anmerkung: 2. Hj. für mögliches Klausur - Angebot

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema:

Reduziertes Spielen im Badminton (Halbfeld) und Volleyball (3:3) unter besonderer Beachtung der Vertiefung technischer und taktischer Grundlagen.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- In einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Inhaltsfeld(er):

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen **(a)** - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Kooperation und Konkurrenz **(e)** - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.
- Unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)
- Sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)

Zeitbedarf: ca. 24 Stunden

Einführungsphase (EPH)

UV zum

Bf1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema:

Ausdauer schulen und die Körperreaktionen erfassen, um mit Hilfe eines individuellen Trainingsplans einen Ausdauerlauf (5000 m) auch in Teilen selbstständig unter Beachtung des persönlichen Wohlbefindens vorbereiten und absolvieren zu können.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen: (BWK)

- Ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

Inhaltsfeld(er):

- Leistung **(d)** - Trainingsplanung und -organisation
- Gesundheit **(f)** - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: (SK, MK, UK)

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern. (SK)
- Einen zeitlich begrenzten, individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). (MK)
- Sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)
- Ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen. (UK)
- Die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: 12 Stunden

Anmerkung: 1. Hj. für mögliches Klausur – Angebot; Ausdauerlauf möglichst vor den Herbstferien

Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Leibniz-Gymnasium gibt es in der Oberstufe neben dem Leistungskurs noch vier weitere Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Dabei kann Sport als zweites Abiturfach

(Leistungskurs) gewählt werden. 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	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Basketball	b - Bewegungsgestaltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →ca. 15 Wochen =	UV 1	Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. ca. 15 –18 Stunden
	UV 2	Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung an der Platte) im Einzel.

45 Stunden		ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3 – 10 Stunden
<u>Q 1.2</u> ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußball-Tennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses. ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Tischtennis. ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3–10 Stunden
<u>Q 2.1</u> → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Fußballspezifisches Aufwärme, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe. ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren. ca. 12 –15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
<u>Q 2.2</u> Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes. ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz). ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr	
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u>	
Thema: Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit.	

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Ausdauerlauf

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiel (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung an der Platte) im Einzel.

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anwendung individualtaktischer Maßnahmen in Konkurrenzsituationen (Wettkampf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern..
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV :

Thema: Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Stoßtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistungssteigerung durch Analyse und Trainieren einer Fertigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

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

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußballtennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperatives Gestalten von alternativen Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

-

- **Zeitbedarf:** ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Tischtennis.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern..
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
-
- **Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Sprung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur erfahren und gestalten / Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Fußballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe.

BF/SB: 3: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

I

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:**Thema:** Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes.**BF/SB:** 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik**Inhaltlicher Kern:**

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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.
- Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

Inhaltsfelder:

c - Wagnis und Verantwortung

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- MK: 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.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz).

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

Inhaltliche Kerne:

Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. nterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld

1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz	-
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz	-
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz	-
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e Kooperation und Konkurrenz	-
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Basketball	b - Bewegungsgestaltung	e Kooperation und Konkurrenz	-

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. ca. 15 –18 Stunden
	UV 2	Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Einzel. ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3 – 10 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußball-Tennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses. ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton. ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3–10 Stunden

<u>Q 2.1</u> → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Fußballspezifisches Aufwärme, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe. ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren. ca. 12 –15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
<u>Q 2.2</u> Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes. ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz). ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr	
<u>Unterrichtsvorhaben I:</u>	
Thema: Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit.	
BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	
Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Ausdauerlauf	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:	
<ul style="list-style-type: none"> Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten) 	
Inhaltsfeld: d - Leistung	
Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und -organisation	
Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:	

- SK Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Entwicklung taktischer Konzepte für die besonderen Bedingungen des Hallenfußballs.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiel (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Einzel.

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anwendung individualtaktischer Maßnahmen in Konkurrenzsituationen (Wettkampf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern..
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Stoßtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistungssteigerung durch Analyse und Trainieren einer Fertigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Konzipieren von Regelvariationen des alternativen Sportspiels „Fußballtennis“ unter Berücksichtigung der individuellen motorischen Fähigkeiten des Kurses.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperatives Gestalten von alternativen Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

-

- **Zeitbedarf:** ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern..

- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
-
- **Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Sprung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur erfahren und gestalten / Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Fußballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe.

BF/SB: 3: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

I**Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Fußball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- 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.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit**Inhaltlicher Schwerpunkt:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.**Unterrichtsvorhaben IX:****Thema:** Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren.**BF/SB:** 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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.
- Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

Inhaltsfelder:

c - Wagnis und Verantwortung

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- MK: 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.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz).

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

Inhaltliche Kerne:

Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung**Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. nterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.**Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)****Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben**

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz -
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz -
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz -
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e Kooperation und Konkurrenz -
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton,	b – Bewegungsgestaltung	e Kooperation und Konkurrenz -

		Basketball		
--	--	------------	--	--

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u> →ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit. ca. 15 –18 Stunden
	UV 2	Streetball – Wir entwickeln unser eigenes Spiel mit dem Basketball. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Von der Abwehr in den Angriff – Wiederholen und Verbessern der verschiedenen Techniken des Volleyballspiels. ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3 – 10 Stunden
<u>Q 1.2</u> ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Straight from the Street – Wir lernen die alternative Spielform Streetball kennen und beschäftigen uns mit den vielfältigen Varianten unter Berücksichtigung des kulturellen Hintergrunds. ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Taktikfuchs – Individualtaktische Grundlagen des Volleyballspiels. ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 3–10 Stunden
<u>Q 2.1</u> → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien. ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Volleyball ist ein Mannschaftssport! – Bewusstmachen und Einüben von Gruppentaktischen Handlungsweisen im vereinfachten Volleyballspiel. ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	The Essen Globetrotters – Entwickeln einer Gruppenchoreographie mit dem Basketball. ca. 12 –15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
<u>Q 2.2</u> Quartal 3 → 8	UV 10	Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes. ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Wir sind Volleyballprofis! – Volleyball im Zielspiel als Grundlage für eine große Turnierform unter Berücksichtigung aller technischen und taktischen Voraussetzungen.

Wochen = 24 Stunden		ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Analyse der eigenen Leistungsfähigkeit der eigenen Grundlagenausdauer als Grundlage eines individuellen Trainings zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Ausdauerlauf

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- MK Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Streetball – Wir entwickeln unser eigenes Spiel mit dem Basketball

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

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Von der Abwehr in den Angriff – Wiederholen und Verbessern der verschiedenen Techniken des Volleyballspiels.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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.

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV :

Thema: Entwicklung individueller Stoßtechniken (Kugelstoßen) ausgehend von der Stoßauslage unter Berücksichtigung biomechanischer Prinzipien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Stoßtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistungssteigerung durch Analyse und Trainieren einer Fertigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Straight from the Street – Wir lernen die alternative Spielform Streetball kennen und beschäftigen uns mit den vielfältigen Varianten unter Berücksichtigung des kulturellen Hintergrunds

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
- **Zeitbedarf:** ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Taktikfuchs – Individualtaktische Grundlagen des Volleyballspiels.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung / e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten,

Druckbedingungen) beurteilen.

-
- **Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Entwicklung und Durchführung eines historischen Hochsprungwettkampfes und Bewertung festgelegter Kriterien.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Sprung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur erfahren und gestalten / Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: . Volleyball ist ein Mannschaftssport! – Bewusstmachen und Einüben von Gruppentaktischen Handlungsweisen im vereinfachten Volleyballspiel.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: The Essen Globetrotters – Entwickeln einer Gruppenchoreographie mit dem Basketball.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

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

Inhaltsfelder:

b – Bewegungsgestaltung

f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien

Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- SK: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Konzipieren und Erfahren eines Hindernislaufes im Kontext eines leichtathletischen Mehrkampfes.

BF/SB: 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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.
- Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.

Inhaltsfelder:

c - Wagnis und Verantwortung

d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- MK: 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.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Wir sind Volleyballprofis! – Volleyball im Zielspiel als Grundlage für eine große Turnierform unter Berücksichtigung aller technischen und taktischen Voraussetzungen .

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

Inhaltliche Kerne:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport.

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz

4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Badminton, Basketball	b – Bewegungsge- staltung	e - Kooperation und Konkurrenz

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 1	Beurteilung verschiedener Trainingsmethoden zur gesundheitsorientierten Verbesserung der Grundlagenausdauer und Erstellung individueller Trainingspläne auf dem Hintergrund individueller Leistungsniveaus ca. 10 – 12 Stunden
	UV 2	Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Badmintoneinzel ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Verbesserung der Grundlagenausdauer über die Entwicklung von Choreographien in verschiedenen Formen der Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Zumba, Tae Bo) ca. 15 –18 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 – 10 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton ca. 15 –18 Stunden
	UV 5	Kleine Spiele mit dem Frisbee – spielgemäße Hinführung an die Grundtechniken ca. 10 –12 Stunden
	UV 6	Wagnis und Verantwortung bei Orientierungsläufen im unbekanntem Gelände unter dem Ausdaueraspekt ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4–10 Stunden
Q 2.1 → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	Ultimate Frisbee – Erarbeitung grundlegendertaktischer Besonderheiten eines Endzonenspiels ca. 15 –18 Stunden
	UV 8	Fitnessstudio Sporthalle ca. 10 –12 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 8 Stunden
		Entwicklung von Programmen zur Entspannung unter Einsatz

Q 2.2 Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	psychoregulativer Verfahren wie zum Beispiel Yoga , Autogenes Training und Entspannungstechniken nach Jacobsen ca. 10 –12Stunden
	UV 11	Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz). ca. 10 –12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 4 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema: Beurteilung verschiedener Trainingsmethoden zur gesundheitsorientierten Verbesserung der Grundlagenausdauer und Erstellung individueller Trainingspläne auf dem Hintergrund individueller Leistungsniveaus</p> <p>BF/SB: 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</p> <p>Inhaltlicher Kern: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</p> <p>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten. • BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). <p>Inhaltsfeld: f – Gesundheit d – Leistung</p> <p>Inhaltlicher Schwerpunkt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens • Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit <p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. • MK: (d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). • MK: (d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. <p>Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.</p>

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Entwicklung der Individualtaktik (Positionierung auf dem Spielfeld) im Badminton Einzel

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Anwendung individualtaktischer Maßnahmen in Konkurrenzsituationen (Wettkampf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.

Zeitbedarf: ca. 10 -12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Verbesserung der Grundlagenausdauer über die Entwicklung von Choreographien in verschiedenen Formen der Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Zumba, Tae Bo)

BF/SB: f – Gesundheit

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben

bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

- SK: (b): Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- UK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern beurteilen.
- UK: (b): Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Verbesserung spezieller Angriffstechniken im Badminton

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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.

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Trainingsplanung und -organisation
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

•

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Kleine Spiele mit dem Frisbee – spielgemäße Hinführung an die Grundtechniken

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. Frisbee)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
- Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- UK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
- **Zeitbedarf:** ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Wagnis und Verantwortung bei Orientierungsläufen im unbekanntem Gelände unter dem Ausdaueraspekt

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

Inhaltlicher Kern:

BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, **Orientierungslauf**)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

c – Wagnis und Verantwortung

f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (c): Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.
- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende

Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.

- **Zeitbedarf:** ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 13 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Ultimate Frisbee – Erarbeitung grundlegendertaktischer Besonderheiten eines Endzonenspiels

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

Inhaltlicher Kern:

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. Frisbee)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die SuS können im gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (c): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern.
- MK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: (e): Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 - 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Fitnessstudio Sporthalle

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

Inhaltlicher Kern:

Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- 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.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- MK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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.

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
- Fairness und Aggression im Sport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Entwicklung von Programmen zur Entspannung unter Einsatz psychoregulativer Verfahren wie zum Beispiel Yoga , Autogenes Training und Entspannungstechniken nach Jacobsen

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

Inhaltlicher Kern:

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen.

Inhaltsfelder:

f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- SK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- UK: (f): Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erweiterung der Handlungskompetenzen in klassischen Gesellschaftssituationen am Beispiel des Abiballs (Standardtanz).

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

Inhaltliche Kerne:

Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. nterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 69 Stunden (Freiraum ca. 6 Stunden)

Kursprofil 5: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Tischtennis	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Fußball, Badminton	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz
3	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Volleyball, Streetball	d - Leistung	e Kooperation und Konkurrenz
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Ultimate Frisbee	f - Gesundheit	e Kooperation und Konkurrenz
5	Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele Badminton, Basketball	b - Bewegungsgestaltung	e Kooperation und Konkurrenz

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
	UV 1	Wir gestalten unsere erste Präsentation – grundlegende Bewegungselemente und Rhythmuschulung am Beispiel einer Aerobicsequenz erarbeiten sowie experimentelles Erproben einer ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandlung mit einem Handgerät ca. 12 – 14 Stunden

Q 1.1 →ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 2	Heute schon trainiert? – Erstellen und Führen eines individuellen Trainingstagebuchs zur Verbesserung der motorischen Fertigkeiten im Basketball ca. 10 – 12 Stunden
	UV 3	Ich will mich verbessern! - Festigung und Entwicklung grundlegender technischer-koordinativer Fertigkeiten in gruppenorientierter Übungsform am Beispiel des Badmintonspiels ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 9 – 14 Stunden
Q 1.2 ca. 15 Wochen = 45 Stunden	UV 4	Let`s Hip Hop – Kennen lernen zeitgenössischer Tänze sowie Entwicklung und Präsentation einer eigenen Choreographie unter besonderer Berücksichtigung aller Gestaltungskriterien. Ca. 14 – 16 Stunden
	UV 5	Im Team spielen – Gruppen- und mannschaftstaktische Strategien entwickeln und in wettkampfgerechten Spielsituationen am Beispiel Basketball anwenden ca. 10 – 12 Stunden
	UV 6	Wie bringe ich meinen Gegner ins Schwitzen? – Erarbeiten und Anwenden individualtaktischer Maßnahmen zur Verbesserung des Badmintonspiels ca. 10 – 12 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 5 – 11 Stunden
Q 2.1 → 15 Wochen = 45 Stunden	UV 7	„Es war einmal...“ Tanztheater erfahren – Geschichten anhand von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen tänzerisch darstellen und umsetzen. ca. 18 – 20 Stunden
	UV 8	Basketballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe. ca. 8 – 10 Stunden
	UV 9	Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren. ca. 12 – 15 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 0 – 7 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 8 Wochen = 24 Stunden	UV 10	Ich erweitere mein Tanzspektrum! – Selbstgesteuertes Kennen lernen, Ausprobieren und Vermitteln unterschiedlicher stilgebundener Tänze. ca. 20 – 22 Stunden
	ggf. Freiraum	ca. 2 – 4 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Wir gestalten unsere erste Präsentation – grundlegende Bewegungselemente und Rhythmusschulung am Beispiel einer Aerobicsequenz erarbeiten sowie experimentelles Erproben einer ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandlung mit einem Handgerät.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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
- Die Schülerinnen und Schüler können Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegens - insbesondere der Improvisation - nutzen

Inhaltsfelder:

b – Bewegungsgestaltung

c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 14 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Heute schon trainiert? – Erstellen und Führen eines individuellen Trainingstagebuchs zur Verbesserung der motorischen Fertigkeiten im Basketball.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiel (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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

Inhaltsfelder:

- e – Kooperation und Konkurrenz
- d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Ich will mich verbessern! - Festigung und Entwicklung grundlegender technischer-koordinativer Fertigkeiten in gruppenorientierter Übungsform am Beispiel des Badmintonspiels.

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder:

- e – Kooperation und Konkurrenz
- a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Let's Hip Hop – Kennen lernen zeitgenössischer Tänze sowie Entwicklung und Präsentation einer eigenen Choreographie unter besonderer Berücksichtigung aller Gestaltungskriterien.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 14 – 16 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Im Team spielen - Gruppen- und mannschaftstaktische Strategien entwickeln und in wettkampfgerechten Spielsituationen am Beispiel Basketball anwenden.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperatives Gestalten von Spielgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- SK: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
-
- **Zeitbedarf:** ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Wie bringe ich meinen Gegner ins Schwitzen? – Erarbeiten und Anwenden individualtaktischer Maßnahmen zur Verbesserung des Badmintonspiels.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- UK: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: „Es war einmal...“, Tanztheater erfahren – Geschichten anhand von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –themen tänzerisch darstellen und umsetzen.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime etc.) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren
- Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Inhaltsfeld:

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Improvisation & Gestaltung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 18 – 20 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Basketballspezifisches Aufwärmen, Dehnen und Kräftigungsübungen zur Verletzungsprophylaxe.

BF/SB: 3: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- 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.

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 8 – 10 Std.

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Spielstrategien im Doppel erarbeiten und in einer selbst entwickelten Turnierform anwenden und reflektieren.

BF/SB: 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiel - Einzel und Doppel (Badminton)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- MK: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- MK: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Ich erweitere mein Tanzspektrum! – Selbstgesteuertes Kennen lernen, Ausprobieren und Vermitteln unterschiedlicher stilgebundener Tänze.

BF/SB: 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfelder:

b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 20 – 22 Std.

Qualifikationsphase im Leistungskurs

Darstellung des Kursprofils und Übersicht der Unterrichtsvorhaben:

Bewegungsfelder/Sportbereiche
Akzentuierung von 2 BF/SB
<p>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (UV: 1,2,3,6,7,9,10,13,14,15)</p> <p>und</p> <p>BF/SB 7: Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (UV: 2,5,8,11,15,16,17,20)</p>
mit den (ausgewählten) verbindlichen Kompetenzerwartungen (BWK)
<p>BF/SB 3:</p> <p><u>Inhaltliche Kerne:</u> Ist das Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die ersten beiden inhaltlichen Kerne sowie ein weiterer inhaltlicher Kern verbindlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> - leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß - Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) - alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe <p><u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u></p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> - Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren, - einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf- (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen, - Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten),

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

BF/SB 7:

Inhaltliche Kerne:

Ist das Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, ist **einer der ersten beiden inhaltlichen Kerne vertieft sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern ergänzend verbindlich zu behandeln.

- **Mannschaftsspiele, Fußball**
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiacca, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **in dem gewählten Mannschaftsspiel komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,**
- **in dem gewählten Mannschaftsspiel komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen,**
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfelder (IF)

alle IF vertieft

mit **allen** inhaltlichen Schwerpunkten
(SK,MK,UK)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen in der Übersicht (28 Kompetenzerwartungen gesamt)

	SK1	SK2	SK3	MK1	MK2	UK1	UK2
a. Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (UV 6)	grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben, (UV 6,9)	Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern. (UV 6,7)	Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (UV 7,9)		unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen (UV 6)	
b. Bewegungsgestaltung	Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (UV 12,19)			verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten). (UV 10)		Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UV 12,19)	
c. Wagnis und Verantwortung	Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern, (UV 18)	unterschiedliche Motive beim Sportreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (UV 19)		mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden. (UV 18)		unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen. (UV 19)	

Inhaltsfelder	SK1	SK2	SK3	MK1	MK2	UK1	UK2
d. Leistung	Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern, (UV 2)	physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (UV 3,13,20)		die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch, Portfolio). (UV 3,13,15)	individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (UV 4,15)	Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen, (UV 5,9)	die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten. (UV 3)
e. Kooperation und Konkurrenz	die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern, (UV 5)	Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern. (UV 17)	ausgewählte Spielvermittlungsmethoden vergleichen. (UV 8)	individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen, (UV 2, 8, 11)	bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (UV 5)	gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. (UV 16, 17)	
f. Gesundheit	gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern, (UV 4,14,16)	gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. (UV 1, 14,16)		Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (UV 14)		positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen. (UV 4,16)	

Übersicht chronologisch

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u> → 20 Wochen = 100 Std.	UV 1	Ausdauerndes Laufen unter unterschiedlichen Sinngemebungen durchführen und bewerten sowie grundlegende anatomische und physiologischen Aspekte menschlicher Bewegung (Herz-Kreislaufsystem, Gasaustausch und –transport) kennen lernen. ca. 12-15 Stunden
	UV 2	„ Technikschulung “ – Ausgewählte fußballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimieren. ca. 12-15 Stunden
	UV 3	„ Trainingsmethoden “ - Die Gestaltung und Wirkung von Trainingsprozessen am Beispiel des Ausdauertrainings mehrperspektivisch erörtern können unter Berücksichtigung von Verfahren der Leistungsdiagnostik (Conconi-Test). ca. 12-15 Stunden
	UV 4	„ Kraft steigern “ - Am Beispiel des Kugelstoßens / biologische Anpassungsvorgänge und Methoden im Krafttraining unter Berücksichtigung von Prinzipien, Methoden und Formen im Hinblick auf die Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit erläutern und durchführen. ca. 12-15 Stunden
	UV 5	Variationen des Sportspiels Fußball (Fußballtennis) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können. ca. 12-15 Stunden
	Freiraum	ca. 25 Stunden
<u>Q 1.2</u> → 20 Wochen = 100 Std.	UV 6	„ Hochspringen “ – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf nutzen und erläutern ca. 8-12 Stunden
	UV 7	„ Fehler erkennen und daraus Lernen “ - Wichtige Aspekte des Bewegungssehens auf der Basis von Bewegungsanalysen am Beispiel komplexer Techniken der Leichtathletik einüben und anwenden können, um sie zur gegenseitigen Korrektur zu nutzen. ca. 8-12 Stunden
	UV 8	Spielvermittlungsmodelle – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der technisch-

		koordinativen Fertigkeiten sowie der taktischen Fähigkeiten am Beispiel Tischtennis in Bewegungsabläufen kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser agieren und reagieren können. ca. 8-12 Stunden
	UV 9	„ Weitsprung und Sprint “ - Unterschiedliche Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen in den Disziplinen Weitsprung und (Kurz-)Sprint anwenden und erörtern. ca. 10 – 12 Stunden
	UV 10	Werfen – Diskus und Speerwurf regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches der beiden Disziplinen Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern ca. 10 - 12 Stunden
	UV 11	Fußball - Taktik - Unter besonderer Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede im Fußball das organisieren und notwendige Gelingenskriterien definieren ca. 12 - 15 Stunden
	UV 12	Bewegungsgestalten im Wasser ca. 12 - 15 Stunden
	UV 13	Leistungsbestimmung - Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen. ca. 6 Stunden
	Freiraum	ca. 18 - 32 Stunden
<u>Q 2.1</u>	UV 14	Sport und Gesundheit / Fitness ca. 15 - 20 Stunden
→ 16 Wochen = 80 Std.	UV 15	Training für die Abiturprüfung - Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern (im Rahmen der Intensivwoche). ca. 10 – 12 Stunden
	UV 16	Fußball – Analyse der sportartspezifischen Leistungsparameter unter Berücksichtigung manipulativer Möglichkeiten. ca. 10 – 15 Stunden
	UV 17	Aggression und Fairness im Sport -

		aggressives Verhalten anhand unterschiedlicher Sportspielsituationen erkennen, reflektieren, Entstehungszusammenhänge verdeutlichen und erklären. ca. 12 - 15 Stunden
	Freiraum	ca. 18 - 33 Stunden
Q 2.2 → 11 Wochen = 55 Std.	UV 18	Skifahren – Erlebnishorizont erweitern, neue bewegungserfahrungen sammeln und sich Herausforderungen stellen. 30 Stunden
	UV 19	Motive und Motivation – Motive im Sport und Grundlagen der Leistungsmotivation im Spannungsfeld von Motivation und Motiven vor dem Hintergrund der eigenen Sportbiografie erörtern. ca. 12 - 15 Stunden
	UV 20	Fußball - Modernes Verteidigen
	Freiraum	ca. 10 - 16 Stunden
Letzter Schultag:		

Konkretisierung der einzelnen Unterrichtsvorhaben für den LK

Übersicht Q1.1 LK

Unterrichtsvorhaben I

Thema: Ausdauerndes Laufen unter unterschiedlichen Sinngewandlungen durchführen und bewerten sowie grundlegende anatomische und physiologische Aspekte menschlicher Bewegung (Herz-Kreislaufsystem, Gasaustausch und –transport) kennen lernen.

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

Inhaltlicher Kern:

Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

Gesundheit (f)

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training /
Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (f) Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben II

„Technikschulung“ – Ausgewählte fußballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimieren.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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.

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

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

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

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training /
Anpassungserscheinungen (d)

Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

- Koordinative Fähigkeiten (nach Hirtz)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- (d): Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern. (SK)
- (e): Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben III

„**Trainingsmethoden**“ - Die Gestaltung und Wirkung von Trainingsprozessen am Beispiel des **Ausdauertrainings** mehrperspektivisch erörtern können unter Berücksichtigung von Verfahren der Leistungsdiagnostik (Conconi-Test).

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

Inhaltlicher Kern:

Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten).

Inhaltsfeld:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Leistung - Verfahren zur Leistungsdiagnostik (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (d): Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.(SK)
- (d): Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).(MK)
- (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.(UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben IV

Thema: „Kraft steigern“ - Am Beispiel des Kugelstoßens / biologische Anpassungsvorgänge und Methoden im Krafttraining unter Berücksichtigung von Prinzipien, Methoden und Formen im Hinblick auf die Steigerung der eigenen Leistungsfähigkeit erläutern und durchführen.

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

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

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

Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Kraftsteigerung.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

(f): Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern. (SK)

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

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

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben V

Thema: Variationen des Sportspiels Fussball (Fußballtennis) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football).

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

- Variation von Spiel- und Übungsformen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/Gleichgewichtsanforderungen unter Druckbedingungen (Anknüpfung KAR-Modell)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e) Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MK)
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12-15 Std.

Unterrichtsvorhaben VI

„**Hochspringen**“ – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf nutzen und erläutern.

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

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: Leistung:

Trainingsplanung und -organisation d)

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.(SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben.(SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 8-12 Std.

Unterrichtsvorhaben VII

Thema: „Fehler erkennen und daraus Lernen“ - Wichtige Aspekte des Bewegungssehens auf der Basis von Bewegungsanalysen am Beispiel komplexer Techniken der Leichtathletik einüben und anwenden können, um sie zur gegenseitigen Korrektur zu nutzen.

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

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.(SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.(MK)

Zeitbedarf: ca. 8 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII

Thema: Spielvermittlungsmodelle – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der technisch-koordinativen Fertigkeiten sowie der taktischen Fähigkeiten am Beispiel Tischtennis in Bewegungsabläufen kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser agieren und reagieren können.

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch

differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Spielvermittlungsmodelle (e)
Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e) Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen.(SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 8 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IX

„Weitsprung und Sprint“ - Unterschiedliche Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen in den Disziplinen Weitsprung und (Kurz-)Sprint anwenden und erörtern.

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

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- (a) Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben. (SK)
- (a) Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden. (MK)
- (d) Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK).

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben X**Thema:**

Werfen – Diskus und Speerwurf regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches der beiden Disziplinen Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern.

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

Inhaltlicher Kern: Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Improvisation und Variation von Bewegung

- Variation von Bewegungen unterschiedlicher Akzentuierung unterschiedlicher Informations-/Gleichgewichtsanforderungen (KAR-Modell).

Inhaltsfeld:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)
- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

gestalten).(MK)

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XI

Thema: Fußball - Taktik - Unter besonderer Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede im Fußball das organisieren und notwendige Gelingenskriterien definieren.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld:

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Kooperation und Konkurrenz - Spielvermittlungsmodelle (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XII

Thema: Bewegungsgestalten im Wasser

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung von mindestens zwei Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.

Inhaltsfeld:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Stunden

Unterrichtsvorhaben XIII

Thema: Leistungsbestimmung - Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen.

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

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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.

Inhaltsfeld:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (d) Die Schülerinnen und Schüler können physiologische

Anpassungsprozesse durch Training erläutern.(SK)

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

Zeitbedarf: ca. 6 Std.

Übersicht Q2.1 LK

Unterrichtsvorhaben XIV

Thema: Sport und Gesundheit / Fitness

BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Funktionelle Dehnübungen / Dehnungsmethoden

Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen (muskuläre Balancen und gesunder Körperhaltung)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns

Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielsetzungen (Kraft/Ausdauer/Beweglichkeit/Koordination)

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

Unterschiedliche Dehnmethoden

Funktionsgerechtes Bewegen

Entspannungsprogramme

Inhaltsfeld:

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer

Gesundheit - Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f)

Sportarten und sportliche Verhaltensmuster im Hinblick auf gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (Salutogenese- u. Risikofaktorenmodell)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

(f) Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern.(SK)

(f) Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.(SK)

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

Zeitbedarf: ca. 15-20 Std.

Unterrichtsvorhaben XV

Thema: Training für die Abiturprüfung - Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern (im Rahmen der Intensivwoche).

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

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

BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltlicher Kern:

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/ Stoß;
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

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

Inhaltsfeld: Leistung - Trainingsplanung und -organisation d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

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

Zeitbedarf: ca. 10 - 12 Std.

Unterrichtsvorhaben XVI

Thema: Fußball – Analyse der sportartspezifischen Leistungsparameter unter Berücksichtigung manipulativer Möglichkeiten.

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Analyse der sportartspezifischen Leistungsparameter unter Berücksichtigung manipulativer Möglichkeiten.

Inhaltsfeld:

Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Kooperation und Konkurrenz - Formen der Steuerung und Manipulation im Sport (e)
Gesundheit - Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (f) gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern. (SK)
- (f) gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. (UK)
- (f) Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XVII**Thema: Aggression und Fairness im Sport -**

aggressives Verhalten anhand unterschiedlicher Sportspielsituationen erkennen, reflektieren, Entstehungszusammenhänge verdeutlichen und erklären.

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**Inhaltlicher Kern:**

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld:

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (e): Die Schülerinnen und Schüler können Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern. (SK)
- (e) Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Übersicht Q2.2 LK**Unterrichtsvorhaben XVIII**

Thema: Skifahren – Erlebnishorizont erweitern, neue bewegungserfahrungen sammeln und sich Herausforderungen stellen.

BF/SB 3: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport**Inhaltliche Kerne:**

Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: 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.

Inhaltsfeld:

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

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- (c) Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern. (SK)
- (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 differenziert anwenden.(MK)

Zeitbedarf: ca. 30 Std.

Unterrichtsvorhaben XIX

Thema:

Motive und Motivation – Motive im Sport und Grundlagen der Leistungsmotivation im Spannungsfeld von Motivation und Motiven vor dem Hintergrund der eigenen Sportbiografie erörtern.

BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung von mindestens zwei Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.

Inhaltsfeld:

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngelungen sportlichen Handelns (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.(SK)
- (c) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern.(SK)

- (b) Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.(UK)
- (c) Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen.(UK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XX

Thema: Fußball – Modernes Verteidigen

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

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld:

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

Inhaltliche Schwerpunkte:

Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Leistung und ihre Bewertung - Grundsätze

Die Leistungsbewertung ist Grundlage für die Förderung der Schüler, für die Beratung der Schüler und die Beratung der Erziehungsberechtigten. Dabei sollen die Schüler und Erziehungsberechtigten über den im Unterricht erreichten Könnensstand und Lernfortschritt informiert werden.

Es sind bei der Leistungsbewertung folgende Grundsätze zu beachten:

- Bewertung bezogen auf die Vielfalt der Leistungsdimension (Berücksichtigung von motorischen, kognitiven, emotionalen und sozialen Kompetenzen)

- Bewertung vor dem Hintergrund der individuellen Möglichkeiten (Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen und Entwicklungen der Schüler)
- Transparenz und Angemessenheit von Bewertung (Offenlegung der Bewertungskriterien gegenüber den Schüler)

Im Sport erleben die Schüler meist eine unmittelbare Rückmeldung über ihr Leistungsergebnis. Da Leistungen im Sport zum einen das Selbstbewusstsein fördern zum anderen aber auch das Selbstwertgefühl beeinträchtigen können, muss bei der Gestaltung von Leistungssituationen sensibel und verantwortungsvoll vorgegangen werden. Daher ist es wichtig, den individuellen Lernfortschritt vor den Vergleich mit Anderen zu stellen.

Allgemeine Bereiche der Leistungsbewertung

Bei jedem Unterrichtsvorhaben können folgende Aspekte in die Leistungsbewertung einfließen.

Motorische Fähigkeiten und Wissen

1. Individuelle sportmotorische Lern- und Leistungsfortschritte bzgl. Kondition (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit), Koordination, Bewegungsqualität und Spielfähigkeit
2. Körper- und sportbezogenes Wissen
3. Sozialverhalten
 - Kooperationsfähigkeit und Hilfsbereitschaft
 - Konfliktverhalten
 - Umgang mit Regeln
 - Fairness
4. Arbeitsverhalten
 - Lern- und Leistungsbereitschaft; Anstrengungsbereitschaft
 - Zuverlässigkeit
 - Selbstständigkeit

Leistungsbewertung unter Berücksichtigung der pädagogischen Perspektiven

Die im Unterricht durchgeführten Unterrichtsvorhaben basieren in der Regel auf der Umsetzung von pädagogischen Perspektiven. Im Folgenden werden beobachtbare und damit auch bewertbare Verhaltensweisen unter Berücksichtigung der einzelnen pädagogischen Perspektiven angeführt.

- Unter allen pädagogischen Perspektiven beobachtbare Verhaltensweisen

1. Bewegungskönnen zeigen
2. Sich auf Unterrichtssituationen einlassen
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
4. Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben

5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern

Unter der **Pädagogischen Perspektive A** (Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern) beobachtbare Verhaltensweisen

- Unter dieser Perspektive lassen sich nur begrenzt Verhaltensweisen beobachten, die bewertet werden können. Da diese Perspektive jedoch in enger Verknüpfung zu den anderen Pädagogischen Perspektiven steht, lassen sich einige Lernerfolge unter der Perspektive A auch in Verhaltensweisen unter den anderen Perspektiven sichtbar werden.

Unter der **pädagogischen Perspektive B** (sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten

Unter der **pädagogischen Perspektive C** (etwas wagen und verantworten) beobachtbare Verhaltensweisen

- Sich auf herausfordernde Bewegungsaufgaben einlassen
- Umgang mit herausfordernden Bewegungsaufgaben
- Einschätzen des eigenen Könnens

Unter der **pädagogischen Perspektive D** (das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Fehler erkennen und korrigieren
- Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen
- Taktische Fähigkeiten nachweisen
- In Leistungssituationen Einsatz zeigen
- Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren

Unter der **pädagogischen Perspektive E** (kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen) beobachtbare Verhaltensweisen

- Absprache mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- bzw. Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- Fair handeln – über das bloße Einhalten von Regeln hinaus

Unter der **pädagogischen Perspektive F** (Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln) beobachtbare Verhaltensweisen

- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen
- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln

Formen der Leistungsbewertung

Die unter 3. genannten Verhaltensweisen können sowohl punktuell als auch unterrichtsbegleitend erfasst werden.

Punktuelle Leistungsbewertungen

1. Demonstrationen (Spielbeobachtung, Techniküberprüfung; Präsentation einer Gruppenarbeit,...)
2. Motorische Test
3. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung (Aufwärmprogramme, Übernahme von Unterrichtsteilen, ...)
4. Sportabzeichen, Bundesjugendspiele, Teilnahme an Stadtmeisterschaften

Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen

1. Qualität und Umfang der motorischen und kognitiven Leistungen
2. Individueller Lernfortschritt bei der motorischen Leistung
3. Engagement / Arbeitsbereitschaft im Sportunterricht
4. Sozialer Umgang mit sich und den Mitschülern
5. Beiträge bei Unterrichtsgesprächen
6. Hausaufgaben