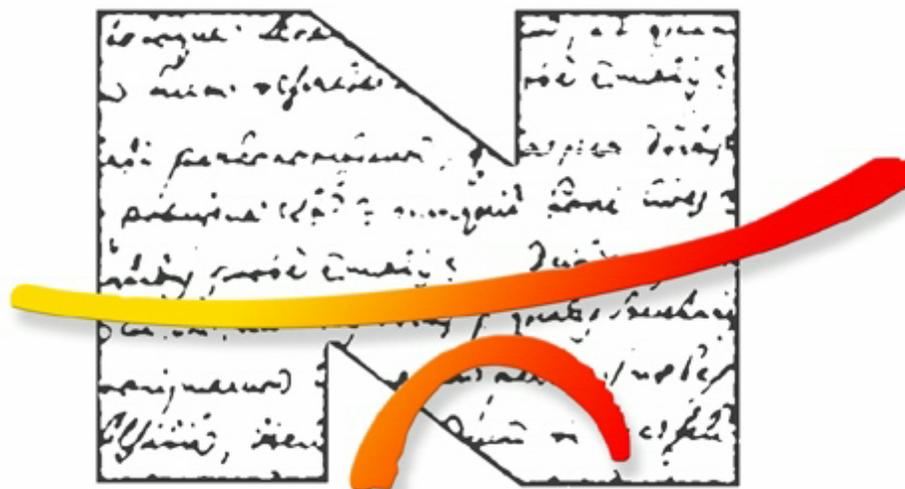


Städtisches Gymnasium Nepomucenum Coesfeld



Schulinterner Lehrplan Sport - Sekundarstufe II

Stand Mai 2016

Gliederung

1. Die Fachgruppe Sport am Gymnasium Nepomucenum	3
1.1 Leitbild für das Fach Sport	3
1.2 Qualitätsentwicklung und –sicherung	4
1.3 Sportstättenangebot	5
2. Entscheidungen zum Unterricht	6
2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	7
2.1.1 Einführungsphase	7
2.1.2 Qualifikationsphase	25
2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	102
2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung u. Leistungsrückmeldung	103
3. Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen	105
4. Qualitätssicherung und Evaluation	105
5. Anhang	107

1. Die Fachgruppe Sport am Gymnasium Nepomucenum

1.1 Leitbild für das Fach Sport

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

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und das Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln.

Durch unser Schulsportkonzept möchten wir den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördern wir das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Sport, indem wir weitreichende Sportangebote in den Sekundarstufen I und II anbieten.

Den Schülerinnen und Schülern unserer Schule soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung sieht es die Fachschaft als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport individuell zu unterstützen.

Das Nepomucenum fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstbestimmt erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstdisziplin etc.),

- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet das Nepomucenum Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule zu nutzen.

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

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

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich selbstverständlich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Im Rahmen der ersten konstituierenden Fachsitzung eines jeden Schuljahres unterliegen die Inhalte der Lehrpläne und deren Umsetzung einer kritischen Überprüfung. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports. Dazu gehört auch die Teilnahme am Qualitätszirkel zur Qualitätsentwicklung des Sportunterrichts für Sport als 2. Abiturfach, bei dem Herr Kraft und Herr Glaser das Nepomucenum vertreten (zum Zeitpunkt der Veröffentlichung).

Koordinator für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne ist der/die Vorsitzende der Fachgruppe Sport. Der/die KoordinatorIn verpflichtet sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz zu kommunizieren.

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich zur Entwicklung eines Leitbildes mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit (ggf. auf Wunsch) vorzulegen und regelmäßig zu evaluieren und fortzuschreiben. Die Schülerinnen und Schüler sowie die Eltern sind möglichst an der Evaluation zu beteiligen.

Die Fachkonferenz entwickelt mittelfristig ein Schulsportentwicklungsprogramm, das regelmäßig evaluiert und fortgeschrieben wird. Ziel ist die Erstellung eines Balkenplans, der die Arbeitsschwerpunkte gegenüber der Schulöffentlichkeit darlegt. Die Fachkonferenz bemüht sich zur Fortschreibung eines Ablaufplans/ Projektmanagements (u.a. Sporthelferkonzept, Skifahrt, Sport im Ganztage, Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens) im Rahmen einer systemischen Fachkonferenzarbeit.

Die Fachkonferenz legt der Schulleitung nach Bedarf einen Arbeitsplan über zu entwickelnde Projekte, zur Evaluation sowie eine Übersicht über die vereinbarten Veranstaltungen/ Schulsporttermine vor. Diese können ggf. in den Jahreskalender der Schule aufgenommen werden und der Schulöffentlichkeit bekannt gemacht werden.

1.3 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- städtische Dreifachsporthalle sowie Hallenbad in unmittelbarer Nähe
- städtischer Kunstrasenplatz, 2 Sprunggruben, Leichtathletikstadion inklusive Rasenplatz
- schuleigener Kraftraum

Im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades (jährlich wechselnde Nutzungszeiten)
- Kooperation mit örtlichen Sportvereinen – z.B. eingeschränkte und zeitlich begrenzte Nutzungsmöglichkeiten von 6 Tennisplätzen oder im Bereich der DFB Talentförderung (SG Coesfeld) oder Kooperation mit der DJK-VBRS Coesfeld (AG-Bereich)
- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

2. Entscheidungen zum Unterricht

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

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

Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die Einführungsphase vorgestellt. Die Fachkonferenz des Gymnasiums Nepomucenum hat hierfür ein Profil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 3, 5 und 7 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

Die parallele Durchführung der Unterrichtsvorhaben ist deshalb wichtig, weil zu den Unterrichtsvorhaben 2 und 6 kursübergreifend im jeweiligen Halbjahr eine Klausur geschrieben wird, um die zukünftig (ab Schuljahr 2017/18) an P2 interessierten Schülerinnen und Schüler adäquat auf die Anforderungen in der Qualifikationsphase vorzubereiten.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils verbindlich. Die Fachkonferenz des Gymnasiums Nepomucenum hat sich für die Festlegung auf ein einheitliches Kursprofil mit identischen Bewegungs- und Inhaltsfeldern, aber unterschiedlichen sportlichen Schwerpunkten entschieden, so dass die Schülerinnen und Schüler im Vorfeld je nach Neigung ihren Schwerpunkt über einen Wahlbogen anwählen können (siehe Anhang). Die Festlegung auf ein einheitliches Kursprofil sichert zudem die Laufbahn von Schülerinnen und Schülern, die eine Jahrgangsstufe wiederholen müssen.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf auf den UV Karten versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen oder aktuelle Themen zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 85 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ sowie die ausgearbeiteten „konkretisierten Unterrichtsvorhaben“ sollen zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel wird zunächst die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die ein gemeinsames Grundkursprofil mit vier verschiedenen Schwerpunkten entwickelt wurde. Strukturell erfolgt jeweils die Beschreibung der Profilierung, bevor sich dann eine Übersicht über die konkretisierten Unterrichtsvorhaben anschließt.

2.1.1 Einführungsphase

Profilierung

„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.“ (KLP, S. 22)

Umrissplanung (Obligatorik) für die beiden Halbjahre der Einführungsphase

(Obligatorik: 102 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 18 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 40 Schulwochen)

Halbjahr	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF (fett: leitend/ normal: ergänzend)	Bezug zu den BF	Stunden
1	Erlernen einer neuen leichtathletischen Disziplin am Beispiel des Hürdenlaufs mithilfe unterschiedlicher Lernwege und Lernhilfen mit abschließender qualitativer Beurteilung.	a (SK, MK, UK)	3.1	15
	Grundlegende und spezifische Aspekte im Basketball – sportart-spezifisches Aufwärmen in Theorie und Praxis, sowie gruppentaktischen Verhaltensweisen im Basketball.	e (SK) f (MK)	7.1	21
	Erlernen und Kombinieren von turnerischen Elementen auf dem Mini-Trampolin und dem großen Sprungtuch, mit Hilfe von situationsgerechtem Helfen und Sichern unter Berücksichtigung psychischer Belastungsfaktoren.	c (SK, MK, UK)	5.1 5.3	15
2	Selbständige Entwicklung einer turnerischen Partnerkür (Gerätekombination) unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungs- und Gestaltungskriterien.	b (SK, MK, UK) c (MK)	5.2	15
	Anpassung von Spielregeln und Entwicklung von Spielformen im Tischtennis unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsfähigkeit.	a (SK, UK) e (SK, MK, UK)	7.2	18
	Theoriegeleitete Erstellung von individuellen Trainingsplänen mit dem Schwerpunkt Ausdauer zur Vorbereitung und Durchführung eines Mehrkampfes	d (SK, MK, UK) f (SK, UK)	3.2	18

Kompetenzerwartungen bis zum Ende der Einführungsphase

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

In der Einführungsphase wird aus der Gesamtheit der inhaltlichen Schwerpunkte eine Auswahl getroffen. Bezieht man diese sowie die Sach-, Methoden und Urteilskompetenz aufeinander, so ergeben sich die nachfolgenden Kompetenzerwartungen. Sie sind für alle ausgewählten Kombinationen von Bewegungsfeldern und Sportbereichen verbindlich:

- Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

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

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

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

- Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltungskriterien

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

Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

- Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

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

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

Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

- Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt: Trainingsplanung und -organisation

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

Methodenkompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

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

- Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

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

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

Urteilskompetenz: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

- Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

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

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

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

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

In der Einführungsphase wird aus der Gesamtheit der inhaltlichen Kerne aller Bewegungsfelder und Sportbereiche der gymnasialen Oberstufe eine Auswahl getroffen. Berücksichtigt man diese grundlegenden inhaltlichen Kerne der Bewegungsfelder und Sportbereiche, ergeben sich die nachfolgenden konkretisierten Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltliche Kerne: Formen der Fitnessgymnastik// Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren// ... unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

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

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).//... einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

- BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltliche Kerne: Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken// Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.// ... Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.

- BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltliche Kerne: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen// Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.// ... turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.// ... Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

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

Inhaltliche Kerne: Tanz // Gymnastik

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.// ... ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

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

Inhaltliche Kerne: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) **oder** Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können 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.

- BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport

Inhaltliche Kerne: Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren) **oder** Gleiten auf dem Wasser (z.B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski) **oder** Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen. // ... in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegunghandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

- BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Inhaltliche Kerne: Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Ringen, Judo) **oder** Zweikampfformen ohne direkten Körperkontakt (z.B. Taekwondo, Karate) **oder** Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Fechten, Kendo)

Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden. // ... in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen und darauf adäquat reagieren.

Konkretisierte Unterrichtsvorhaben

Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</i>	A	EF	15	1

Erlernen einer neuen leichtathletischen Disziplin am Beispiel des Hürdenlaufs mithilfe unterschiedlicher Lernwege und -hilfen und einer abschließenden qualitativen Beurteilung

Kompetenzerwartungen: BWK 1, a (SK, MK, UK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.1 UV 1

Thema des UV: Erlernen einer neuen leichtathletischen Disziplin am Beispiel des Hürdenlaufs mithilfe unterschiedlicher Lernwege und -hilfen und einer abschließenden qualitativen Beurteilung (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Vorbereitung auf den leichtathletischen Mehrkampf im Abitur - Bewegungsanalyse des Hürdenlaufs; Bewegungsbeschreibung und -erklärung - Kenntnisse über Trainingsprinzipien im Hürdenlauf - grundsätzliche Lernwege (analytisch-synthetisch und Ganzheitsmethode) beschreiben und anwenden (Methodische Übungsreihe) - verschiedene Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beschreiben und beim Erlernen zielgerichtet anwenden - Phasenanalyse (zyklische und azyklische Bewegungen, Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase) - unterschiedliche Formen der Fremd- und Selbstbeobachtung/ bzw. -korrektur - selbstständiges Üben in Partnerarbeit und Beurteilung der unterschiedlichen Lernwege und Hilfen hinsichtlich des Lernerfolges 	<p>Erproben und Experimentieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Phasenanalyse nach Meinel - methodische Übungsreihen und verschiedene Hilfen erproben und hinsichtlich des Lernerfolges reflektieren - Partnerbeobachtung und -korrektur - (Selbstbeobachtung und -korrektur (Videografie)) 	<ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale Hürdentechnik - Hürdenlauf, Wettkampfregele, leistungsbestimmende Faktoren - Phasenanalyse (Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase) - methodische Übungsreihe zum Hürdenlauf - Partnerbeobachtung und -korrektur <p>Fachbegriffe:</p> <p>Hürdentechnik (Sprung-, Schwung- und Nachziehbein, KSP), Phasenanalyse, Ganzheitsmethode, analytisch-synthetisch</p>	<p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Teilnahme am Unterricht - Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Übungssituationen - Beiträge im Unterricht: Bewegungsabläufe auf der Grundlage exakter Beobachtung beschreiben und analysieren - Partnerbeobachtung - Bewegungskönnen, Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikdemonstration (Kriterien: Technikmerkmale, Bewegungsschnelligkeit und Bewegungsfluss) <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technische Ausführung - Zeit - Qualität der Bewegungsbeschreibung - Qualität der Partnerkorrektur

Bewegungsfeld/	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive	Jgst.	Dauer des	Laufende
-----------------------	--------------------------	-------------------------	--------------	------------------	-----------------

Sportbereich 7.1		<i>leitend/ergänzend</i>		<i>UV</i>	<i>Nr. der UV</i>
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Basketball)</i>	E/F	EF	21	2

Grundlegende und spezifische Aspekte im Basketball - Sportartspezifisches Aufwärmen in Theorie und Praxis, sowie gruppen- und individualtaktische Verhaltensweisen im Basketball

Kompetenzerwartungen: BWK 1, e (SK), f (MK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz (MK)

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

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e/ f

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

Gesundheit (f) - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1 UV 2

Thema des UV: Grundlegende und spezifische Aspekte im Mannschaftssport - Sportartspezifisches Aufwärmen in Theorie und Praxis, sowie gruppen- und individualtaktische Verhaltensweisen in einer ausgewählten Sportart (21 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung aus der Sek. I: Funktionen des Aufwärmens, Grundregeln und Prinzipien des Aufwärmens - Erarbeitung der physischen und psychischen Anforderungen der Sportart unter besonderer Beachtung gesundheitlicher Aspekte - Beschreibung und Anwendung individualtaktischer Fähigkeiten - Beschreibung und Anwendung gruppentaktischer Fähigkeiten in der Offensive - Verhalten in der Defensive - Erkennen der Bedeutung von Kommunikation und Kooperation als Instrument für ein erfolgreiches Zusammenspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung des Regelwerkes: persönliches Foul - Nachvollziehen und Verbalisieren von Übungsformen (Lauf-, Pass, Ballwege) an der Taktiktafel - Anwendung der taktischen Elemente in Spiel- und Übungsformen vom Leichten zum Schweren (1vs1, 2vs1, 2vs2, 3vs2) - Streetball (3vs3) - Partnerbeobachtung und -feedback 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung Korbleger li/re - Wiederholung Positionswurf - Wiederholung Finten - Vertiefung der typischen Positionen (Aufbau, Flügel...) - Erweiterung der individual- und gruppentaktischen Handlungsmöglichkeiten in Offensive und Defensive - Freilaufen (Backdoor, Schneiden) in der Zone - Grundlagen der MMV: Verteidigung des ballführenden Spielers (enge Manndeckung) <p>Fachbegriffe: Freilaufen, Cuts, Schneiden vor/ hinter dem Verteidiger (Backdoor), Blocken und Abstreifen, Abnahme von Manndeckung</p>	<p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung von Fehleranalyse und Korrektur - Spielzüge und Situationen an der Taktiktafel beschreiben - Anwendung erlernter technisch-koordinativer Fertigkeiten und Fähigkeiten und taktisch-kognitiver Entscheidungen (in Offensive/ Defensive) <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration Korbleger (Kriterien: Bewegungsqualität und Trefferquote) <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - faires und mannschaftsdienliches Spiel - Anwendung einer gelungenen Kommunikation im Spiel - situationsangemessene Position im Spiel einnehmen und vorgegebene Mannschaftstaktik sicher und zielorientiert anwenden können - Bewegungsqualität (technisch-koordinativ sicher dribbeln, werfen und passen (auch in bedrängten Situationen))

Bewegungsfeld/	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive	Jgst.	Dauer des	Laufende
-----------------------	--------------------------	-------------------------	--------------	------------------	-----------------

Sportbereich 5.1		<i>leitend/ergänzend</i>		<i>UV</i>	<i>Nr. der UV</i>
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	<i>BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen</i>	C	<i>EF</i>	<i>15</i>	<i>3</i>

Erlernen und Kombinieren von turnerischen Elementen auf dem Mini-Trampolin und dem großen Sprungtuch, mit Hilfe von situationsgerechtem Helfen und Sichern unter Berücksichtigung psychischer Belastungsfaktoren

Kompetenzerwartungen: BWK 1 und 3, c (SK, MK, UK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebelbalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.

Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Urteilskompetenz (UK)

- Die Schülerinnen und Schüler können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck - auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5.1/ 5.3 UV 3

Thema des UV: Erlernen und Kombinieren turnerischer Elemente auf dem Mini-Trampolin und dem großen Sprungtuch, mit Hilfe von situationsgerechtem Helfen und Sichern unter Berücksichtigung psychischer Belastungsfaktoren (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Grundsprünge (Hocke, Grätsche, Schere) auf dem kleinen und großen Tuch sicher beherrschen - spezifische Gestaltung von Streck-sprüngen durch Variation von Schwierigkeit, Bewegungsfluss und Bewegungstempo und Anpassung der individuellen sportmotorischen Fertigkeiten - Erarbeiten und Erproben der Salto-rw Rotationsbewegung - Analyse des Wagnisgehaltes in unterschiedlichen Situationen; Erleben und Organisieren dieser Herausforderung im Rahmen der individuellen Möglichkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> - induktives Vorgehen, Methoden der Selbsteinschätzung (z.B. Skala) - Hilfe- und Sicherheitsstellungen einüben - sachgerechter Auf- und Abbau, sowie Sicherung von großem und kleinen Trampolin 	<ul style="list-style-type: none"> - sichere Sprünge - verschiedene trampolinspezifische Techniken anwenden - verschiedene Bewegungsaspekte des Salto-rw auf dem großen Tuch erfahren - grundlegende Elemente im Rahmen der individuellen Möglichkeiten bewältigen und in einer Sprungkombination verbinden und demonstrieren - innere und äußere Faktoren, die das Erleben einer Wagnissituation bestimmen <p>Fachbegriffe: Helfen und Sichern, Klammergriff, ganzer Klammergriff, Klammerdrehrgriff, Trampolinspezifische Techniken, (Grundsprünge + Salto rw.), Abgrenzung Salto- und Schraubendrehungen, Ausführungsqualität (technisch-koordinativ; ästhetisch-gestalterisch)</p>	<p>Demonstration</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern- und Übungssituationen: z.B. sicherer Geräteaufbau und -abbau; Originalität und Vielfalt der Bewegungslösungen - Bewegungskönnen und realistische Einschätzung der eigenen Fähigkeiten - Erfahrungen und Einsichten in Reflexionsphasen strukturiert wiedergeben <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der sportmotorischen Leistungen in einer vorgegeben Sprungkombination auf dem großen Tuch - Ausführungsqualität - Kreativität/ Originalität <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeit, Bewegungsfluss, Bewegungstempo - Kür aus einzelnen Sprungelementen sachgerecht - und hinsichtlich des Schwierigkeitsgrades an das eigene Leistungsvermögen angepasst - zusammenstellen können

Bewegungsfeld/	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive	Jgst.	Dauer des	Laufende
-----------------------	--------------------------	-------------------------	--------------	------------------	-----------------

Sportbereich 5.2		<i>leitend/ergänzend</i>		<i>UV</i>	<i>Nr. der UV</i>
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	<i>BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen</i>	<i>B/C</i>	<i>EF</i>	<i>15</i>	<i>4</i>

Drehen, Springen, Schwingen - Selbständige Entwicklung einer turnerischen Partnerkür (Gerätekombination) unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungs- und Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen: BWK 2, b (SK, MK, UK), c (MK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

- Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Urteilskompetenz (UK)

- Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c

Bewegungsgestaltung (b) - Gestaltungskriterien

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5.2 UV 4

**Thema des UV: Drehen, Springen, Schwingen - Selbständige Entwicklung einer turnerischen Partnerkür
(Gerätekombination) unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungs- und Gestaltungskriterien
(15 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Kombinationen von normungebundenen Turndisziplinen - primär freies Turnen, ergänzt durch normgebundene Elemente - Turnen fließender und rhythmischer Verbindungen von Elementen - Turnen kleinerer Kunststücke - Rollen, Drehen/ Überschlagen, Springen, Schwingen, Stützen, Balancieren - Helfen und Sichern als begleitender Inhalt - Die Befähigung aller Schülerinnen und Schüler als Helfer - Zusammenführung von Jungen und Mädchen durch Partner- und Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> - Turnen z.B. am Boden, Reck, Ringen Schwebebalken, Bank und Kasten - selbständiges Üben und Arbeit in Kleingruppen - Wahlmöglichkeiten hinsichtlich des Aufbaus der Gerätekombination und der Turnelemente - Verfahren zur Bewegungsanalyse um den Entwicklungsprozess selbständig zu steuern und zu bewerten. - Nutzung verschiedener Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode). - Förderung von selbstgesteuerten Lernprozessen (anhand von z.B. Arbeitsblättern) - Lernplakate/ Bilder - videogestützte Bewegungsanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung einer Bewegungsfolge an mehreren Geräten (Gerätekombination z.B. Boden, Reck, Ringe, Schwebebalken, Bank und Kasten) mit Partner - Rotationsbewegungen in unterschiedlichen Niveaustufen und an unterschiedlichen Geräten - Stände und Stützbewegungen - Schwungbewegungen am Gerät - ggf. Überschlagbewegungen - grundlegende Elemente im Rahmen der individuellen Möglichkeiten bewältigen und in einer Bewegungsfolge verbinden und demonstrieren - (verschiedene Helfergriffe) <p>Fachbegriffe: Längennachse, Breitenachse, vorwärts, rückwärts, vorlings, rücklings, Körperspannung, Körperschwerpunkt, Hilfe- und Sicherheitsstellungen, Raum, Zeit, Dynamik, Rhythmus, Formationen, Raumwege, Synchronität</p>	<p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beiträge zur gemeinsamen Planung, Gestaltung und Reflexion von Lern- und Übungssituationen (z.B. sicherer und verantwortungsvoller Geräteaufbau und -abbau) - Entwicklung individueller Progression - Ausführungsqualität der erlernten Bewegungen (Demonstration) - Auseinandersetzung mit Wagnis/ Angst - (Helfen und Sichern) <p>punktuell Präsentation einer Bewegungsabfolge mit Partner in Form einer Gerätekombination unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien</p> <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeitsgrad der turnerischen Elemente - Originalität und Vielfalt der Bewegungsabfolge, - Ausführungsqualität, Bewegungsfluss, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik

Bewegungsfeld/	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
-----------------------	--------------------------	---	--------------	---------------------	----------------------------

Sportbereich 7.2					
Spiele in und mit Regelstrukturen	BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	E/A	EF	18	5

Anpassung von Spielregeln und Entwicklung von Spielformen im Tischtennis unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsfähigkeit.

Kompetenzerwartungen: BWK 2, a (SK, UK) e (SK, MK, UK)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e, a

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

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

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.2 UV 5

Thema des UV: Anpassung von Spielregeln und Entwicklung von Spielformen im Tischtennis unter Berücksichtigung der individuellen Leistungsfähigkeit (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Anpassung der Spielregeln in Bezug auf Punkte, Trefffläche, Ballkontakte auf der Platte und Ballberührungen mit dem Schläger - Dosierung des Krafteinsatzes in unterschiedlichen Situationen - Verbesserung der Zielgenauigkeit und der Auge-Hand-Koordination, um Bälle sicherer zuspülen zu können - Laufwege und Schläge verbessern, um den Gegner zu fordern und die eigene Sicherheit zu verbessern - Training mit der Ballwand und dem Balleimer - Anwendung psycho-physischer Fähigkeiten im Spiel - Zeigen eines positions- und situationsgerechten Verhalten 	<ul style="list-style-type: none"> - Bewegungserfahrungen sammeln und Bewegungen demonstrieren - Schülerorientierung durch selbstständige Erweiterung und Festigung der Regeln und Spielformen - Lernen an Stationen mit differenzierten Aufgabenstellungen und Partnerkorrektur - spielnahes Üben - alternative Spiel- und Wettkampfformen 	<ul style="list-style-type: none"> - alternativer Rundlauf als Möglichkeit viele Schüler gleichzeitig zu beschäftigen - Einzel- und Doppelspiele mit abgewandelten Regeln - Kontrastübungen - Turnier- und Wettkampfformen (Kaiserturnier, etc.) - Partnerwechsel nach dem Rotationsprinzip - Balleimertraining <p>Fachbegriffe: Vorhand und Rückhand, positionsgerechtes Verhalten, situationsgerechtes Verhalten, technisch-koordinativ, psycho-physische Belastungen</p>	<p>Demmonstration unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spielfähigkeit - Einbringen in Planungsprozesse und Unterrichtsgeschehen <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation selbst gestalteter Spielformen - positions- und situationsgerechtes Verhalten zeigen und aufrecht erhalten <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kenntnis des Regelwerks - Bewegungsfluss, Bewegungstempo - individuelle Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeld/ Sportbereich 3.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</i>	D/F	EF	18	6

Theoriegeleitete Erstellung von individuellen Trainingsplänen mit dem Schwerpunkt Ausdauer zur Vorbereitung und Durchführung eines Mehrkampfes

Kompetenzerwartungen: *BWK 2, d (SK, MK, UK) f (SK, UK)*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern und unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: d, f

Leistung (d) - Trainingsplanung und -organisation

Gesundheit (f) - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3.2 UV 6

Thema des UV: Theoriegeleitete Erstellung von individuellen Trainingsplänen mit dem Schwerpunkt Ausdauer zur Vorbereitung und Durchführung eines Mehrkampfes (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Wiederholung Disziplinen Kugel/Sprint (Klasse 8 UV 39/ EF UV1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale des Kugelstoßens und des Hürdenlaufs erläutern <p>Gesundheits- und Ausdauerbegriff</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung eines Fitness- bzw. Ausdauer-tests (motorischer Test NRW, Cooper Test, o.ä.) - konditionelle und koordinative Fähigkeiten (Wiener Koordinationsparcours) - motorische Beanspruchungsformen - Selbsteinschätzung der eigenen Fitness und Vergleich eigener Ergebnisse mit Leistungstabellen (Sport LK) <p>Trainingsprinzipien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reizschwelligengesetz - Modell der Superkompensation - Unterscheidung der Trainingsniveaus <p>Formen des Ausdauertrainings</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kontinuierliche Methode - Intervallmethode, - Wiederholungsmethode 	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung individueller Trainingspläne auf der Grundlage individueller Voraussetzungen (Testergebnisse) und unter Beachtung heterogener Leistungsstände in Gruppenarbeit - Dokumentation und Auswertung des Trainingsprozesses - Planung, Entwicklung und Durchführung eines Ausdauer-tests - selbstständiges Üben und Wiederholen der Disziplinen Sprint, Wurf und Ausdauer des Mehrkampfes 	<ul style="list-style-type: none"> - Gesundheitsbegriff (Dehnen, Kräftigen, Ernährung) - Fitnessbegriff (körperliche Leistungsfähigkeit) - Begriff der Kondition (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination) <hr/> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, aerob, anaerob, Intervallmethode, Wiederholungsmethode</p>	<p>Präsentation</p> <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Teilnahme am Unterricht - Bewertung von Trainingsprozessen, Tests und Plänen <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation des Trainingskonzeptes - Dokumentation des Trainingprozesses - Demonstration des Ausdauer-tests - Organisation und Durchführung eines Mehrkampfes (Sprint, Wurf und Ausdauer) <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qualität und Stringenz von <u>Trainingskonzept</u> und <u>Ausdauer-test</u> (Funktionalität, Orientierung an individuellen Voraussetzungen und Gesundheitsorientierung) - Qualität der Anleitung - Qualität der Dokumentation

2.1.2 Qualifikationsphase

Am Gymnasium Nepomucenum gibt es in der Qualifikationsphase nach bisherigem Verfahren die Möglichkeit Grundkurse zu wählen (geplant: LK ab dem Schuljahr 2017/18). All diese Grundkurse setzen sich aus den gleichen Profilbausteinen bzw. Bewegungsfeldern und Inhaltsfeldern (Perspektive: Einblockung der Grundkurse) zusammen, die schwerpunktmäßig behandelt werden.

Die nicht gewählten Bausteine bzw. Bewegungsfelder können im angegebenen Freiraum aufgegriffen 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. 30)*

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben und den in der Einführungsphase festgelegten Bewegungsfeldern/Sportbereichen (BF/SB) ergeben sich folgende Profilbausteine:

Im **Bewegungsfeld/ Sportbereich 1: „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 35f):

- **Formen der Fitnessgymnastik**
- **Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden**
- **Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen**
- **Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung**

Zudem wird als weiterer inhaltlicher Kern „Psychoregulative Verfahren zur Entspannung“ gesetzt.

Im **Bewegungsfeld/Sportbereich 7: „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne (vgl. KLP S. 40f) eine Akzentuierung vorgenommen durch die Wahl eines der **Mannschaftsspiele Basketball, Fußball und Volleyball** oder des **Partnerspiels Tischtennis**. In jedem Kurs werden auch alternative Spiele und Sportspiel-Varianten, wie z.B. Streetball, Futsal oder Beachvolleyball erarbeitet, gespielt und evaluiert.

Die **Inhaltsfelder d und e** werden vertieft akzentuiert, während die übrigen Inhaltsfelder ergänzt behandelt werden.

Profilierung

Umrissplanung (Obligatorik) für die Qualifikationsphase

(Q1: Obligatorik: 102 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 18 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 40 Schulwochen)

(Q2: Obligatorik: 68 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 13 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 27 Schulwochen)

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	IF d
BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - BASKETBALL	IF e sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	1.4	SK d2/ f2/ MK d2/ UK d1	Dehnen und Entspannen– statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper		
	7.1	SK a1/ UK a1	Erlernen und Festigen basketballspezifischer Techniken anhand verschiedener Modelle zum motorischen Lernen sowie Reflexion der angewandten Modelle		
	7.2	SK e1/ MK e1+e2/ UK e1	Kleine individual- und gruppentaktische Spielformen im Basketball unter Berücksichtigung der Spielregeln		
Q1.2	7.2/7.3	SK e1/ MK e1+e2/ UK e1	Streetball als Beispiel alternativer Spielformen		
	1.2	SK d1+2/ MK d1+ d2; SK f1/ UK f1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern		
Q2.1	7.1/7.2	MK e2	Gruppen- und mannschaftstaktische Spielformen im Basketball		
	1.1	SK b1/ UK b1 , UK d1	Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien		
Q2.2	1.3	SK d1+d2/ MK d2; UK f1/ SK f1	Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend? Funktionales Muskeltraining ohne Geräte		
	7.3/7.4	MK e2; SK c1	Wie spielt man woanders? Vertiefung mannschaftstaktischer Spielformen am Beispiel der Sportart „Flag-Football“		

¹ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Konkretisierte Unterrichtsvorhaben

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode/ Psychoregulative Verfahren zur Entspannung</i>	D/ F	Q1	4 <i>(dann unterrichts- begleitend)</i>	1

Dehnen und Entspannen – statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper!

Kompetenzerwartungen: BWK 4, SK d2, SK f2, MK d2, UK d1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.4 UV 1

**Thema des UV: „Dehnen und Entspannen- statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper“
(4 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erkennen der Sinnhaftigkeit von Aufwärmen - Sammeln und Anwenden vielfältiger funktionsgymnastischer Übungen - Beschreiben von Dehnübungen und Aufwärmübungen unter Verwendung geeigneter Fachbegriffe (z.B. Nennung der spezifischen Muskelgruppen) - Entwicklung und Erprobung von Entspannungformen 	<ul style="list-style-type: none"> - SchülerInnen entwerfen selbstständig ein Aufwärmprogramm und führen es mit der Lerngruppe durch. - Lernzirkel Entspannungstechniken 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines Aufwärmen - Spezielles Aufwärmen - Entspannungstechniken <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Statisches Dehnen - Dynamisches Dehnen - Dehnkräftigen - CR-Stretching - Anspannung/ Entspannung - Massage - Traumreisen 	<p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - die SchülerInnen sollen Dehn- und Aufwärmübungen nach den vorgegebenen Bewegungsmustern ausführen (Körperhaltung, Bewegungsausführung) - Anwendung von Fachbegriffen - Anwendung von Entspannungstechniken <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dehn- und Aufwärmübungen auswählen und anleiten.

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Basketball)</i>	A	Q1	30	2

Erlernen und Festigen basketballspezifischer Techniken anhand verschiedener Modelle zum motorischen Lernen sowie Reflexion der angewandten Modelle

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, SK a1, UK a1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1 UV 2

Thema des UV: „Erlernen und Festigen basketballspezifischer Techniken anhand verschiedener Modelle zum motorischen Lernen sowie Reflexion der angewandten Modelle“ (30 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - vertiefende technisch-koordinative Fertigkeiten: Korbwurf (Positionswurf), Korbleger, Stoppen, Sternschritt, Passen, Dribbling - individualtaktisch-kognitive Grundregeln als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> - Zergliederungsmethode - ausgewählte Modelle des motorischen Lernens - videogestütztes Bewegungskönnen und vergleichende Beurteilung 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelle des motorischen Lernens (open/closed Loop; Modell der Bewegungskoordination nach Meinel/Schnabel) <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - passen und fangen - dribbeln und werfen - Korbwurf (Positionswurf) - stoppen und Sternschritt - Korbleger - Positionswurf 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - technisch-koordinativ sicher und situationsangemessen dribbeln und werfen, sowie passen und fangen (auch in bedrängten Situationen) können - Engagement, Motivation, Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - im Spiel situationsangemessen Positionen einnehmen und ggf. aufrechterhalten können - In seinem Spielverhalten die individualtaktisch-kognitiven Grundregeln (z.B. Abwehrposition zwischen Korb und Gegner, Fintieren) zielorientiert anwenden können - Technik des Korblegers

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Basketball)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>3</i>

Kleine individual- und gruppentaktische Spielformen im Basketball unter Berücksichtigung der Spielregeln

Kompetenzerwartungen: *BWK 2, SK e1, MK e1 + e2, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.2 UV 3

Thema des UV: „Gruppen - und mannschaftstaktische Spielformen im Basketball“ (24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<p>- Erarbeitung von individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Strategien durch z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ich & der Partner/Gegner • Ich & die Hilfe im Raum • 4-Zonen Basketball • Joker-Basketball • Auszeit-Basketball <p>Gruppentaktische Elemente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Give and Go - Pick and Roll - Kreuzen - Freilaufen 	<p>- Taktikorientiertes Konzept: Variation von Spielregeln, Spielerzahl, Spielmaterial und Spielfläche anhand kleiner Spielformen</p> <p>- arbeitsteiliges 'Erarbeiten und Präsentieren taktischer Elemente</p>	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen - Fairness und Konkurrenz - Deckungsschatten <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwenden der Regeln und Taktikvariationen im Zielspiel - Give & Go - Pick & Roll - Kreuzen - Freilaufen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mit Mitspielerinnen und Mitspielern verbal und nonverbal zielorientiert im Spiel kommunizieren können - sein Team durch motiviertes, soziale angemessenes und faires sowie auf mannschaftliche Geschlossenheit ausgerichtetes Verhalten unterstützen und für den Spielaufbau Verantwortung übernehmen bzw. <u>sich an mannschaftliche Absprachen halten</u> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen beschreiben und anwenden können

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.2/ 7.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Basketball)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>4</i>

Streetball als Beispiel alternativer Spielformen

Kompetenzerwartungen: *BWK 2 + 3, SK e1, MK e1 + e2, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*
- *Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.2/ 7.3 UV 4

Thema des UV: „Streetball als Beispiel alternativer Spielformen“ (24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Anwendung unterschiedlicher Grundfertigkeiten im Spiel 3:3 - Manndeckung als Mannschaftstaktik - Ein Streetball Turnier organisieren und durchführen, sowie kriteriengeleiteter Vergleich zum herkömmlichen Basketballspiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Die unterschiedlichen Grundfertigen im Zielspiel „Streetball“ durch Gruppenarbeit wiederholen und anwenden - Erkennen von Fehlern und reflektierte Verbesserung der eigenen Technik durch Partnerfeedback(-bögen) - Videoanalyse: individualtaktisch-kognitive Grundregeln zielorientiert anwenden 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reglement und Taktik des „Streetball“ <ul style="list-style-type: none"> - Grundsätze der Fairness und des Miteinander - spielnaher Korbleger - Überzahlspiel (1:2 und 2:3) - Spiel 3:3/(5:5) (Mann-Mann) - Manndeckung <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dribbelwende - Überzahlspiel - Crossover - Bounce Hypnotizer - Backbreaker - Slip 'n Slide - Boomerang 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regelkonformität/ Fairness - Engagement/ Motivation - Mit Mitspielerinnen und Mitspielern verbal und nonverbal zielorientiert im Spiel kommunizieren können <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Manndeckung als Mannschaftstaktik möglichst sicher und zielorientiert situationsangemessen anwenden und einhalten können

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</i>	D/ F	<i>Q1</i>	<i>20</i>	<i>5</i>

Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern

Kompetenzerwartungen: BWK 2, SK d1 + d2+ f1, MK d1 + d2, UK f1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.2 UV 5

Thema des UV: „Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Diagnose der Ausdauerleistungsfähigkeit - Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung - Verschiedene Trainingsprinzipien, -methode, und -gesetze - Möglichkeiten individueller Trainingssteuerung 	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung verschiedener Verfahren zur Belastungssteuerung - Durchführung verschiedener Ausdauertrainingsmethoden - Theoretische Erarbeitung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten des Trainings und bedeutsamer Trainingsprinzipien - Dokumentation der individuellen Leistungsentwicklung und der körperlichen Befindlichkeit mit Hilfe von Trainingstagebüchern; Beobachtung als Ausgangspunkt für die theoretische Erarbeitung der Anpassungserscheinungen durch Ausdauertraining - Umsetzung der Erkenntnisse und Erfahrungen im Rahmen der Entwicklung eines individuellen Trainingsplans 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messung der Herzfrequenz; Conconi-Test, Laktat-Test, BORG-Skala - Gesetzmäßigkeiten des Trainings: Reizschwelligengesetz, Gesetz der Homöostase und Superkompensation; Gesetz der Anpassungsfähigkeit, Gesetz zum Verlauf der Leistungsentwicklung - Trainingsprinzipien zur Auslösung von Anpassungsprozessen; Festigung der Anpassung; spezifischen Steuerung der Anpassung <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Ausdauerformen: Waldlauf; Spinning, 5000m-Lauf - Dauer-; Wiederholungs- und Intervallmethode in unterschiedlichen Bewegungsbereichen akzentuieren - Trainingstagebuch - Trainingsplan 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung eines Ausdauerlaufs - Engagement - Anstrengungsbereitschaft - Motivation beim Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainingstagebuch - individueller Trainingsplan - Referate

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Basketball)</i>	E	<i>Q2</i>	<i>20</i>	<i>6</i>

Gruppen- und mannschaftstaktische Spielformen im Basketball

Kompetenzerwartungen: BWK 1 + 2, MK e2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 6

Thema des UV: „Gruppen- und mannschaftstaktische Spielformen im Basketball“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - selbständiges Erarbeiten von gruppen- und mannschaftstaktischen Elementen - Situationsgerechte Anwendung gruppentaktisch-kognitiver Entscheidungen im Spiel - Situationsgerechte Anwendung mannschaftstaktisch-kognitiver Entscheidungen im Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> - Besuch und Analyse eines Basketball-Regionalligaspiels - Videoanalysen 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abstreifen am Vor-Center - Kreuzen am Vor-Center - Gegenblock - Cut and Fill <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwenden der Theorie - Gegenstände 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Motivation - Lernfortschritt - Anwenden der Taktiken <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - In der Offensive unterschiedliche Druckbedingungen im Spiel aufbauen können, um die gegnerische Mannschaft in Bedrängnis bringen zu können (Situationsdruck, Zeitdruck)

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	B/ D	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>7</i>

Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, SK b1, UK b1+ d1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen*
- *Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *b, d*

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.1 UV 7

Thema des UV: „Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien“ (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - selbstständiges Erarbeiten einer Choreographie über den Dreischritt (Stationenlernen, gebundene Aufgaben und offene Aufgaben) - Planung und Durchführung dieser Choreographie unter Einbezug der ausgewählten Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Einbeziehen und Akzentuierung der Komponenten Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination - Förderung kompetenzorientierten Lernens durch zunehmende Individualisierung und Selbstbestimmung des Handelns - reflektierte Praxis über Wahrnehmungs- und Beobachtungsbögen (kritisch konstruktiver Umgang mit Eigen- und Fremdleistungen) 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Choreographien - Erprobung und Reflexion der ausgearbeiteten Gestaltungsformen (Schritte, Musik, etc.) - Videoaufnahmen zur erweiterten Reflexion - selbstständiges Anpassen ausgewählter Ausführungs- und Gestaltungskriterien - große Tanzrevue zum Abschluss 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrirte Step-Aerobic - Bedeutung von Bewegung für die individuelle Fitness - Gestaltungskriterien <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Grundschrirte in einer selbst erstellten Choreographie - Festlegung und Einbau von Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Fitnesstraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement, Motivation - Einbringen eigener Ideen in die Gestaltung - Leisten von Hilfestellungen - Kooperation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Choreographie - kriteriengeleitete Bewertung durch die Schülerinnen und Schüler

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	D/ F	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>8</i>

Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK d1+ d2+ f1, MK d2, UK f1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

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

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.3 UV 8

**Thema des UV: „Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte - Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?“
(15 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Grundsätze des Krafttrainings kennenlernen und anwenden - Erfahren der Bedeutung dauerhaften Übens/ Trainierens für die Leistungsentwicklung - Sportbiologische und trainings-theoretische Grundlagen verstehen - Verstehen der Notwendigkeit funktioneller Bewegungen in Sport und Alltag - Erkennen des gesundheitlichen Nutzens - Bewusstmachung der gesellschaftlichen Bedeutung von Fitness - Verstehen der Wirkungen und Folgen von Doping 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Stationen zum Kraft- und Beweglichkeitstraining in Partnerarbeit (ohne Gerät) - Erprobung und Reflexion der Arbeitsergebnisse im Kurs - Erarbeitung eines Fitnessprogramms - Angeleitetes Training im Krafraum 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Kenntnisse im Bereich Trainingslehre - Methoden und Prinzipien des Krafttrainings - Erarbeiten eigener Trainingspläne - Fehlbelastungen, muskuläre Dysbalancen und Folgeschäden - Bedeutung von Krafttraining - Krafttraining und Doping: Methoden, Mittel und Wirkungsweisen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstellen einer Kraft- und Beweglichkeitstrainingseinheit unter Berücksichtigung individueller Bedürfnisse der Kursteilnehmer - Durchführung und Reflexion des erarbeiteten Fitnessprogramms - Krafttraining mit und ohne Gerät 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - Erstellung und Präsentation einer Kraft-, Beweglichkeitstrainingseinheit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtung der Bewegungsausführungen - Wissen über die Kriterien der vereinbarten Übungen

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.3/ 7.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Basketball)</i>	C/ E	<i>Q2</i>	<i>18</i>	<i>9</i>

Wie spielt man woanders? Vertiefung mannschaftstaktischer Spielformen am Beispiel der Sportart „Flag-Football“

Kompetenzerwartungen: *BWK 3 + 4, SK c1, MK e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c, e

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

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3/ 7.4 UV 9

Thema des UV: „Wie spielt man woanders? Vertiefung mannschaftstaktischer Spielformen am Beispiel der Sportart Flag-Football“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Situationsgerechte Anwendung mannschaftstaktisch-kognitiver Entscheidungen im Spiel - Zonendeckung sicher und zielorientiert situationsangemessen anwenden können - Situationsgerechte Anwendung psychophysischer Fähigkeiten im Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> - induktiver Zugang zu Sportspielen anderer Kulturkreise - situationsangemessener Einsatz und Anwendung von Arbeitskarten (Technik/Taktik) im Flag-Football 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aggressionstheorien/ Umgang mit Frustration - Aufstellungsformen - Verteidigungsformen - Zonenverteidigung - mannschaftstaktische Spielzüge <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwenden der mannschaftstaktischen Elemente 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sozialer Umgang und Kooperationsfähigkeit - Motivationen/ Engagement <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - In der Defensive auf unterschiedliche Druckbedingungen im Spiel der gegnerischen Mannschaft sachgerecht reagieren können (z.B. Situationsdruck, Komplexitätsdruck, Zeitdruck, physischer/psychischer Belastungsdruck) - In der Defensive individualtaktisch-kognitiv grundlegende Verhaltensweisen (angemessen auf Finten reagieren, Passwege verhindern) zielorientiert anwenden können

Profilierung

Umrissplanung (Obligatorik) für die Qualifikationsphase

(Q1: Obligatorik: 102 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 18 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 40 Schulwochen)

(Q2: Obligatorik: 68 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 13 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 27 Schulwochen)

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	IF d
BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - FUSSBALL	IF e sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ²	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	1.4	SK d2/ f2/ MK d2/ UK d1	Dehnen und Entspannen– statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper		
	7.1	SK a1/ UK a1	Fußball - technische Fertigkeiten entwickeln und vertiefen?		
	7.1/7.2	SK e1/ MK e1+e2/ UK e1	Individual- und gruppentaktisches Verhalten auf einem kleinen Spielfeld		
Q1.2	7.3	SK e1/ MK e1+e2/ UK e1	Futsal – Trendsport mit Relevanz für Schule und Verein?		
	1.2	SK d1+2/ MK d1+d2; SK f1/ UK f1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern		
Q2.1	7.1/7.2	MK e2	Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten auf kleinem und großem Spielfeld		
	1.1	SK b1/ UK b1 , UK d1	Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien		
Q2.2	1.3	SK d1+d2/ MK d2; UK f1/SK f1	Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend? Funktionales Muskeltraining ohne Geräte		
	7.3/7.4	MK e2; SK c1	Komplexe Spielformen im Zielspiel bewältigen – alternative Spielformen kennenlernen		

² w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Konkretisierte Unterrichtsvorhaben

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode/n/ Psychoregulative Verfahren zur Entspannung</i>	D/ F	Q1	4 <i>(dann unterrichts- begleitend)</i>	1

Dehnen und Entspannen – statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper!

Kompetenzerwartungen: BWK 4, SK d2, SK f2, MK d2, UK d1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *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*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.4 UV 1

**Thema des UV: „Dehnen und Entspannen- statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper“
(4 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erkennen der Sinnhaftigkeit von Aufwärmen - Sammeln und Anwenden vielfältiger funktionsgymnastischer Übungen - Beschreiben von Dehnübungen und Aufwärmübungen unter Verwendung geeigneter Fachbegriffe (z.B. Nennung der spezifischen Muskelgruppen) - Entwicklung und Erprobung von Entspannungformen 	<ul style="list-style-type: none"> - SchülerInnen entwerfen selbstständig ein Aufwärmprogramm und führen es mit der Lerngruppe durch. - Lernzirkel Entspannungstechniken 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines Aufwärmen - Spezielles Aufwärmen - Entspannungstechniken <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Statisches Dehnen - Dynamisches Dehnen - Dehnkräftigen - CR-Stretching - Anspannung/ Entspannung - Massage - Traumreisen 	<p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - die SchülerInnen sollen Dehn- und Aufwärmübungen nach den vorgegebenen Bewegungsmustern ausführen (Körperhaltung, Bewegungsausführung) - Anwendung von Fachbegriffen - Anwendung von Entspannungstechniken <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dehn- und Aufwärmübungen auswählen und anleiten.

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Fußball)</i>	A	<i>Q1</i>	<i>30</i>	<i>2</i>

Fußball – Technische Fertigkeiten entwickeln und vertiefen?

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, SK a1, UK a1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-kordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1 UV 2

Thema des UV: „Fußball - Technische Fertigkeiten entwickeln und vertiefen?“ (30 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - grundlegende (regel-) technische Elemente des Fußballspiels kennenlernen und anwenden bzw. vertiefen und anwenden - Entwicklung eines Gefühls für Ball, Raum und Körper - Prinzipien und Methoden des Techniktrainings verstehen und umsetzen - Verstehen der Bedeutung technischer Fertigkeiten für das große Fußballspiel - Anleitung zu selbständigem Üben 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von Technikübungen auf der Grundlage von theoretischen Erläuterungen, Technikbildern, oder Praxisbeispielen - Erprobung und Reflexion der Technikübungen - Binnendifferenzierung (leistungsabhängige Technikübungen) - Schüler - Schüler Coaching (kriteriengeleitetes Feedback) - Technikaufgaben als Hausarbeit 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelle des motorischen Lernens (open/closed Loop; Modell der Bewegungskoordination nach Meinel/Schnabel) - Kennenlernen von Prinzipien und Methoden des Techniktrainings - Erarbeitung und Präsentation vorgegebener fußballspezifischer Themen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eigenübungen (DFB) zur Verbesserung der technischen Fertigkeiten - Technikübungen von grundlegenden Formen bis hin zu Coerver Coaching Übungen - kleine und größere Spielformen zur Festigung der technischen Elemente - Partner- und Kleingruppenarbeit 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - fußballspezifisches Aufwärmprogramm <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführung der technischen Elemente im Fußball Parcours - Referate Fußball

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Fußball)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>3</i>

Individual- und gruppentaktisches Verhalten auf einem kleinen Spielfeld

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, SK e1, MK e1 + e2, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 3

Thema des UV: „Individual- und gruppentaktisches Verhalten auf einem kleinen Spielfeld“ (24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erfahren der Bedeutung von taktisch gutem Verhalten - sowohl in Defensive als auch in Offensive - Erlernen von Verteidigungsstrategien in 1 gegen 1 bzw. in Unterzahlsituationen (tiefe Körperposition/ seitliche Stellung/ Dynamik/ nach außen auf den schwachen Fuß lenken) - Erlernen von Angriffsstrategien in 1 gegen 1 bzw. in Überzahlsituationen, (hohes Tempo, Finten, Positionswechsel, schnelles Spiel) - individual- und gruppentaktische Elemente in Spielformen umsetzen - Kleingruppenarbeit und Gruppenpuzzle bei der Erstellung und Umsetzung von Übungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Herausarbeiten von Verhaltensstrategien in Defensive wie Offensive - Anpassen des individualtaktischen Verhaltens an die erarbeiteten Kriterien unter Einhaltung abgesprochener Spiel- und Verhaltensregeln - Anpassen des eigenen Handelns in gruppentaktischer Hinsicht an die erarbeiteten Kriterien unter Einhaltung abgesprochener Spiel- und Verhaltensregeln - Videoschulung (Lehrfilme, Videoaufnahmen aus dem Unterricht) - Schüler-Schüler Anleitung und Korrektur 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Kenntniss von Fußballregeln - Referate zu Spielkonzepten, individual- und gruppentaktischen Verhaltensweisen - Entwicklung von Übungsformen und Festlegung von Bewegungskriterien für das 1 gegen 1 und Überzahl- bzw. Unterzahlsituationen - Reflexion und Evaluation von taktischen Übungen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Taktische Übungen verstehen, umsetzen und evaluieren - Entwicklung, Durchführung und Moderation von praktischen Übungen zur Schulung des 1 gegen 1 und von Überzahl- und Unterzahlsituationen - Entwicklung und Erprobung taktischer Verhaltensweisen in Defensive und Offensive - Umsetzen erprobter individual- und gruppentaktischer Elemente in kleinen, regelgebundenen Spielformen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beurteilung des Arbeitsverhaltens in der Gruppe und der allgemeinen Leistungsbereitschaft - Beurteilung der entwickelten Übungen - Beurteilung der Transferfähigkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung des Verhaltens im 1 gegen 1 und in Überzahl- und Unterzahlsituationen - Bewertung von Referaten und Ausarbeitungen zum Thema 1 gegen 1 und Überzahl/ Unterzahl

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Sportspielvarianten (Futsal)</i>	E	Q1	24	4

Futsal - Trendsport mit Relevanz für Schule und Verein?

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK e1, MK e1 + e2, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3 UV 4

Thema des UV: „Futsal - Trendsport mit Relevanz für Schule und Verein?“ (24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erfahren der Besonderheiten des Futsal Spiels - Unterschiede und Parallelen erkennen und bewerten - Lernen, Üben und Vertiefen von technischen Spielfertigkeiten, wie Dribbeln, Passen und Schießen (differenzierte Förderung) - komplexe Spielideen verstehen und Spiele und Spielformen selbständig organisieren - individual- und gruppentaktische Elemente in Spielformen umsetzen - respektvoller Umgang im Miteinander und Gegeneinander auf einem Kleinspielfeld - Turnierorganisation 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung technischer Übungen und individual- bzw. gruppentaktischen Verhaltensweisen - Anpassung der Schuss- und Stopptechnik an das Futsalspiel mit Hilfe von Ballgewöhnungsübungen - den Futsal Ball als komplett anderes Spielobjekt kennenlernen - Anpassen des eigenen Handelns und der technischen Ausführung einzelner Elemente an den begrenzten Raum - Absprache und Umsetzung von Verhaltensregeln (Fairness- und Konkurrenzprinzipien in Einklang bringen) 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung, Anpassung und Erweiterung der Methoden des Techniktrainings - Erlernen der Futsalregeln und Erkennen der Unterschiede zum klassischen Fußballspiel - weitere, gemeinsame Anpassung der Futsalregeln an die Gegebenheiten im Schulsport - Entwicklung von Spielkonzepten und Übungsformen - Reflexion und Evaluation dieses Trendsports - Relevanz für Schule und Verein? <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Techniktraining in kleinen Schritten (theorie- und praxisgeleitet) > „Experten“ stellen vor - Entwicklung und Durchführung praktischer Übungen zur Verbesserung der technischen Fertigkeiten - Entwicklung und Erprobung eines taktischen Konzeptes - Umsetzen erprobter individual- und gruppentaktischer Elemente vom Großfeld - Schiedsrichterfunktion übernehmen - Organisation eines kleinen Turniers 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beurteilung des Sozialverhaltens und des Schiedsrichterverhaltens - Beurteilung der entwickelten Übungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung des Technikparcours - Bewertung der Spielkonzepte

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</i>	D/ F	<i>Q1</i>	<i>20</i>	<i>5</i>

Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern

Kompetenzerwartungen: BWK 2, SK d1 + d2+ f1, MK d1 + d2, UK f1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.2 UV 5

Thema des UV: „Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Diagnose der Ausdauerleistungsfähigkeit - Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung - Verschiedene Trainingsprinzipien, -methode, und -gesetze - Möglichkeiten individueller Trainingssteuerung 	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung verschiedener Verfahren zur Belastungssteuerung - Durchführung verschiedener Ausdauertrainingsmethoden - Theoretische Erarbeitung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten des Trainings und bedeutsamer Trainingsprinzipien - Dokumentation der individuellen Leistungsentwicklung und der körperlichen Befindlichkeit mit Hilfe von Trainingstagebüchern; Beobachtung als Ausgangspunkt für die theoretische Erarbeitung der Anpassungserscheinungen durch Ausdauertraining - Umsetzung der Erkenntnisse und Erfahrungen im Rahmen der Entwicklung eines individuellen Trainingsplans 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messung der Herzfrequenz; Conconi-Test, Laktat-Test, BORG-Skala - Gesetzmäßigkeiten des Trainings: Reizschwelligengesetz, Gesetz der Homöostase und Superkompensation; Gesetz der Anpassungsfähigkeit, Gesetz zum Verlauf der Leistungsentwicklung - Trainingsprinzipien zur Auslösung von Anpassungsprozessen; Festigung der Anpassung; spezifischen Steuerung der Anpassung <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Ausdauerformen: Waldlauf; Spinning, 5000m-Lauf - Dauer-; Wiederholungs- und Intervallmethode in unterschiedlichen Bewegungsbereichen akzentuieren - Trainingstagebuch - Trainingsplan 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung eines Ausdauerlaufs - Engagement - Anstrengungsbereitschaft - Motivation beim Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainingstagebuch - individueller Trainingsplan - Referate

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Fußball)</i>	E	<i>Q2</i>	<i>20</i>	<i>6</i>

Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten auf kleinem und großem Spielfeld

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, MK e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 6

Thema des UV: „Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten auf kleinem und großem Spielfeld“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erfahren der Bedeutung von taktisch gutem Verhalten aller Spieler in speziellen Zonen bzw. der gesamten Mannschaft- sowohl in Defensive als auch in Offensive - Erlernen von Verteidigungsstrategien in Unterzahl- und Überzahlsituationen bzw. in Gleichzahlsituationen - Erlernen von Angriffsstrategien in Unterzahl- und Überzahlsituationen bzw. in Gleichzahlsituationen - gruppen- und mannschaftstaktische Elemente in Spielformen umsetzen - Kleingruppenarbeit und Gruppenpuzzle bei der Erstellung und Umsetzung von Übungen vom Kleinfeld aufs Großfeld 	<ul style="list-style-type: none"> - Herausarbeiten von Verhaltensstrategien in Defensive wie Offensive - Anpassen des gruppentaktischen Verhaltens an die erarbeiteten Kriterien - Anpassen des eigenen Handelns in mannschaftstaktischer Hinsicht an die erarbeiteten Kriterien - Videoschulung (Lehrfilme, Videoaufnahmen aus dem Unterricht) - Bewegungsbeschreibungen und Abläufe als Handlungshilfen für die SchülerInnen - Schüler-Schüler Anleitung und Korrektur - Pressing/ Gegenpressing 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Referate zu Spielphilosophien, gruppen- und mannschaftstaktischen Verhaltensweisen in verschiedenen Situationen - Entwicklung von Übungsformen und Festlegung von Verhaltenskriterien - Überzahl- bzw. Unterzahlsituationen oder Gleichzahlsituationen - Reflexion und Evaluation von taktischen Übungen - Videoschulung - Stopvideos: richtiges taktisches Verhalten vorhersagen - Fehlerkorrektur <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - taktische Übungen verstehen, umsetzen und evaluieren - Entwicklung, Durchführung und Moderation praktischer Übungen zur Schulung von Überzahl- und Unterzahlsituationen auf Klein- und Großfeld - Entwicklung und Erprobung von taktischen Verhaltensweisen in Defensive und Offensive - Umsetzen erprobter gruppen- und Mannschaftstaktischer Elemente in kleinen Spielformen und im Zielspiel - Pressing und Gegenpressing im Kleinfeld und auf dem Großfeld 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beurteilung des Arbeitsverhaltens in der Gruppe und der allgemeinen Leistungsbereitschaft - Beurteilung der entwickelten Übungen - Beurteilung der Transferfähigkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung des Verhaltens in Überzahl- und Unterzahlsituationen - Bewertung von Referaten und Ausarbeitungen zum Thema Überzahl/ Unterzahl bzw. Pressing/ Gegenpressing - Bewertung des Spielverhaltens in kleinen Spielformen und im Zielspiel

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	B/ D	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>7</i>

Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, SK b1, UK b1+ d1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen*
- *Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *b, d*

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.1 UV 7

Thema des UV: „Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien“ (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - selbstständiges Erarbeiten einer Choreographie über den Dreischritt (Stationenlernen, gebundene Aufgaben und offene Aufgaben) - Planung und Durchführung dieser Choreographie unter Einbezug der ausgewählten Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Einbeziehen und Akzentuierung der Komponenten Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination - Förderung kompetenzorientierten Lernens durch zunehmende Individualisierung und Selbstbestimmung des Handelns - reflektierte Praxis über Wahrnehmungs- und Beobachtungsbögen (kritisch konstruktiver Umgang mit Eigen- und Fremdleistungen) 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Choreographien - Erprobung und Reflexion der ausgearbeiteten Gestaltungsformen (Schritte, Musik, etc.) - Videoaufnahmen zur erweiterten Reflexion - selbstständiges Anpassen ausgewählter Ausführungs- und Gestaltungskriterien - große Tanzrevue zum Abschluss 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrirte Step-Aerobic - Bedeutung von Bewegung für die individuelle Fitness - Gestaltungskriterien <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Grundschrirte in einer selbst erstellten Choreographie - Festlegung und Einbau von Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Fitnesstraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement, Motivation - Einbringen eigener Ideen in die Gestaltung - Leisten von Hilfestellungen - Kooperation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Choreographie - kriteriengeleitete Bewertung durch die Schülerinnen und Schüler

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	D/ F	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>8</i>

Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK d1+ d2+ f1, MK d2, UK f1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

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

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.3 UV 8

**Thema des UV: „Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte - Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?“
(15 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Grundsätze des Krafttrainings kennenlernen und anwenden - Erfahren der Bedeutung dauerhaften Übens/ Trainierens für die Leistungsentwicklung - Sportbiologische und trainings-theoretische Grundlagen verstehen - Verstehen der Notwendigkeit funktioneller Bewegungen in Sport und Alltag - Erkennen des gesundheitlichen Nutzens - Bewusstmachung der gesellschaftlichen Bedeutung von Fitness - Verstehen der Wirkungen und Folgen von Doping 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Stationen zum Kraft- und Beweglichkeitstraining in Partnerarbeit (ohne Gerät) - Erprobung und Reflexion der Arbeitsergebnisse im Kurs - Erarbeitung eines Fitnessprogramms - Angeleitetes Training im Krafraum 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Kenntnisse im Bereich Trainingslehre - Methoden und Prinzipien des Krafttrainings - Erarbeiten eigener Trainingspläne - Fehlbelastungen, muskuläre Dysbalancen und Folgeschäden - Bedeutung von Krafttraining - Krafttraining und Doping: Methoden, Mittel und Wirkungsweisen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstellen einer Kraft- und Beweglichkeitstrainingseinheit unter Berücksichtigung individueller Bedürfnisse der Kursteilnehmer - Durchführung und Reflexion des erarbeiteten Fitnessprogramms - Krafttraining mit und ohne Gerät 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - Erstellung und Präsentation einer Kraft-, Beweglichkeitstrainingseinheit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtung der Bewegungsausführungen - Wissen über die Kriterien der vereinbarten Übungen

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.3/ 7.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Fußball)</i>	C/ E	<i>Q2</i>	<i>18</i>	<i>9</i>

Komplexe Spielformen im Zielspiel bewältigen - alternative Spielformen kennenlernen

Kompetenzerwartungen: *BWK 3 + 4, SK c1, MK e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c, e

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

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3/ 7.4 UV 9

Thema des UV: „Komplexe Spielformen im Zielspiel bewältigen – alternative Spielformen kennenlernen“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Zusammenführen aller erlernten technischen Fertigkeiten und taktischen Verhaltensweisen aus den Sequenzen in der Q1 und Q2 - regelgeleitete Durchführung des Zielspiels mit besonderem Fokus auf einzelne taktische Elemente - Übernahme der Coaching Funktion durch einzelne Kleingruppen (Erkennen, Deuten, Verändern durch Übungen) - Abwandlung des klassischen Fußballspiels durch Übernahme von Regeln aus anderen Sportarten (wie z.B. Rugby, American Football, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung und Reflexion von technischen Fertigkeiten und individual- bzw. gruppentaktischen Verhaltensweisen - Fehlerbildanalysen durch festzulegende Beobachter - Aufarbeitung der Fehler durch wiederholende kleine Übungsformen (angeleitet durch die Beobachter) - selbständiges Coaching - Handicapspiele zur Akzentuierung einzelner taktischer Elemente und zur Binnendifferenzierung - Gestaltung und Durchführung von abgewandelten Spielarten 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung der Prinzipien und Methoden des Technik- und Taktiklernens - Analyse von Fehlerbildern und Entwicklung von Übungen zur Verbesserung des Verhaltens auf dem Feld - Druckbedingungen und deren Einfluss auf die sportliche Handlungsfähigkeit (evtl. Anknüpfung an das KAR-Modell von Neumaier) <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zielspiel auf dem Großfeld/ einem großen Teil des Großfeldes - aktives Coaching in Kleingruppen mit klaren Korrekturen und Anweisungen - Entwicklung und Durchführung praktischer Übungen zur Verbesserung des Verhaltens auf dem Platz - Handicapspiele als Herausforderung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beurteilung des Coachingverhaltens und der Korrekturübungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prüfungsspiel (mit besonderem Augenmerk auf technischen Fertigkeiten und taktischem Verhalten)

Profilierung

Umrissplanung (Obligatorik) für die Qualifikationsphase

(Q1: Obligatorik: 102 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 18 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 40 Schulwochen)

(Q2: Obligatorik: 68 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 13 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 27 Schulwochen)

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	IF d
BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - TISCHTENNIS	IF e sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ³	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	1.4	SK d2/ f2/ MK d2/ UK d1	Dehnen und Entspannen– statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper		
	7.1/7.2	SK a1/ UK a1	Tischtennis? Die Technik macht's – Festigung der grundlegenden technischen Fertigkeiten und ihre spielbezogen-taktische Umsetzung		
	7.1/7.2	SK e1/ MK e1+e2	Tischtennis? Die Taktik macht's – Individualtaktische Verhaltensweisen in ausgewählten Spielformen		
Q1.2	7.3	SK e1/ MK e1/ UK e1	Speedminton! Wettkampfbezogene Umsetzung im Schulsport		
	1.2	SK d1+2/ MK d1+d2; SK f1/ UK f1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern		
Q2.1	7.1/7.2	MK e2	Tischtennis – vom Einzel- zum Doppelspiel		
	1.1	SK b1/ UK b1 , UK d1	Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien		
Q2.2	1.3	SK d1+d2/ MK d2; UK f1/ SK f1	Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend? Funktionales Muskeltraining ohne Geräte		
	7.4	MK e2; SK c1	Speckbrett vs. Tischtennis - Komplexe Spielformen im Zielspiel bewältigen		

³ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode/n/ Psychoregulative Verfahren zur Entspannung</i>	D/ F	Q1	4 <i>(dann unterrichts- begleitend)</i>	1

Dehnen und Entspannen – statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper!

Kompetenzerwartungen: *BWK 4, SK d2, SK f2, MK d2, UK d1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *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*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.4 UV 1

**Thema des UV: „Dehnen und Entspannen- statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper“
(4 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erkennen der Sinnhaftigkeit von Aufwärmen - Sammeln und Anwenden vielfältiger funktionsgymnastischer Übungen - Beschreiben von Dehnübungen und Aufwärmübungen unter Verwendung geeigneter Fachbegriffe (z.B. Nennung der spezifischen Muskelgruppen) - Entwicklung und Erprobung von Entspannungformen 	<ul style="list-style-type: none"> - SchülerInnen entwerfen selbstständig ein Aufwärmprogramm und führen es mit der Lerngruppe durch. - Lernzirkel Entspannungstechniken 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines Aufwärmen - Spezielles Aufwärmen - Entspannungstechniken <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Statisches Dehnen - Dynamisches Dehnen - Dehnkräftigen - CR-Stretching - Anspannung/ Entspannung - Massage - Traumreisen 	<p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - die SchülerInnen sollen Dehn- und Aufwärmübungen nach den vorgegebenen Bewegungsmustern ausführen (Körperhaltung, Bewegungsausführung) - Anwendung von Fachbegriffen - Anwendung von Entspannungstechniken <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dehn- und Aufwärmübungen auswählen und anleiten.

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Partnerspiel (Tischtennis)</i>	A	<i>Q1</i>	<i>30</i>	<i>2</i>

Tischtennis? Die Technik macht's - Festigung der grundlegenden technischen Fertigkeiten und ihre spielbezogen-taktische Umsetzung

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, SK a1, UK a1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 2

Thema des UV: „Tischtennis? Die Technik macht's - Festigung der grundlegenden technischen Fertigkeiten und ihre spielbezogen-taktische Umsetzung“ (30 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - grundlegende Erweiterung des sportlich-spielerischen Niveaus durch Techniktraining, wie z.B. Aufschlag, Schupf, Konter - Entwicklung eines Gefühls für Ball, Raum und Körper, um ein positions- und situationsgerechtes Verhalten anwenden zu können - Prinzipien und Methoden des Techniktrainings verstehen und umsetzen - Verstehen der Bedeutung technischer Fertigkeiten für ein positions- und situationsgerechtes Verhalten - Anleitung zu selbständigem Üben 	<ul style="list-style-type: none"> - problemorientierter Zugang zu den Zieltechniken und Regeln - methodische Reihe zu den ausgewählten Techniken - Binnendifferenzierung (leistungsabhängige Technikübungen) - Partner- und Kleingruppenarbeit 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelle motorischen Lernens (open/closed loop; Modell der Bewegungskoordination nach Meinel/Schnabel) - Bezeichnung und Kennzeichen unterschiedlicher Techniken <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungen zur Verbesserung der technischen Fertigkeiten - Spielformen zur Festigung technischer Elemente 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - Lernfortschritt <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorhand und Rückhand ausgewählter Techniken funktional anwenden können - Vorhand und Rückhand ausgewählter Techniken sicher und zielfelddefiniert anwenden können - ein positions- und situationsgerechtes Verhalten (z.B. adäquate Kombination von Bearbeits- und Schlagtechniken) zeigen und aufrecht erhalten können

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Partnerspiel (Tischtennis)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>3</i>

Tischtennis? Die Taktik macht's - Individualtaktische Verhaltensweisen in ausgewählten Spielformen

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, SK e1, MK e1 + e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 3

**Thema des UV: „Tischtennis? Die Taktik macht's - Individualtaktische Verhaltensweisen in ausgewählten Spielformen“
(24 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - fortgeschrittene Techniken zur Erweiterung des Bewegungsspielraums - Wiederholung individualtaktischer Verhaltensweisen (z.B. Anwendung effektiver Beinarbeitstechniken) - Durchführung von wettkampfählichen Spielformen und deren Organisation 	<ul style="list-style-type: none"> - problemorientierter Zugang zu den Zieltechniken und Regeln - Spielbeobachtungsbögen zur Analyse von taktischen Situationen - Videoanalyse - Spielformen an Rahmenvorgaben anpassen (eigenständig Spielformen entwickeln und variieren) - Wettkampfregeln in der Spielform „Einzel“ 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Referate zu Spielkonzepten; z.B. hinsichtlich individualtaktischen Maßnahmen - Reflexion und Evaluation von taktischen Übungen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - taktische Übungen verstehen, umsetzen und evaluieren - Entwicklung und Erprobung von taktischen Verhaltensweisen in Defensive und Offensive - Umsetzung erprobter individualtaktischer Elemente in ausgewählten Spielformen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - Beurteilung der entwickelten Spielformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ein positions- und situationsgerechtes Verhalten zeigen und aufrecht erhalten können - beim Aufschlag den Ball situativ angemessen und variantenreich (in Rotation und Platzierung) ins gegnerische Aufschlagfeld spielen können

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Alternative Spiele (Speedminton)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>4</i>

Speedminton! Wettkampfbezogene Umsetzung im Schulsport

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK e1, MK e1, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3 UV 4

Thema des UV: „Speedminton! Wettkampfbezogene Umsetzung im Schulsport“

(24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Anwendung unterschiedlicher Grundtechniken - Herstellung von Situationen mit hohem Konflikt- bzw. Frustrationspotenzial (Turnier) - Ein Speedminton Turnier in Anbetracht situativer Bedingungen organisieren, durchführen und mit dem Partnerspiel „Tischtennis“ vergleichen 	<ul style="list-style-type: none"> - Videoanalyse eines ausgewählten Zielspiels zur Erarbeitung eines ganzheitlichen Spielverständnisse 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aggressionstheorien - Fairplay Gedanke <p>Planung eines Turniers anhand zuvor erlernter Faktoren, Rollen und Regeln</p> <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikübungen verstehen, umsetzen und evaluieren - im Spiel positions- und situationsgerechtes Verhalten (aktionsbereite Grundhaltung) zeigen und aufrecht erhalten können - aus verschiedenen Positionen im Feld möglichst sicher und zielorientiert spielen können 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regelkonformität - motiviertes, sozial angemessenes und faires Verhalten zeigen können <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - psycho-physische Belastungen im Spiel erkennen und sachgerecht darauf reagieren können (z.B. äußere/innere Ablenkung vermeiden, mit Anspannung/ Nervosität sachgerecht umgehen)

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</i>	D/ F	<i>Q1</i>	<i>20</i>	<i>5</i>

Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern

Kompetenzerwartungen: BWK 2, SK d1 + d2+ f1, MK d1 + d2, UK f1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.2 UV 5

Thema des UV: „Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern“ (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Diagnose der Ausdauerleistungsfähigkeit - Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung - Verschiedene Trainingsprinzipien, -methode, und -gesetze - Möglichkeiten individueller Trainingssteuerung 	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung verschiedener Verfahren zur Belastungssteuerung - Durchführung verschiedener Ausdauertrainingsmethoden - Theoretische Erarbeitung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten des Trainings und bedeutsamer Trainingsprinzipien - Dokumentation der individuellen Leistungsentwicklung und der körperlichen Befindlichkeit mit Hilfe von Trainingstagebüchern; Beobachtung als Ausgangspunkt für die theoretische Erarbeitung der Anpassungserscheinungen durch Ausdauertraining - Umsetzung der Erkenntnisse und Erfahrungen im Rahmen der Entwicklung eines individuellen Trainingsplans 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messung der Herzfrequenz; Conconi-Test, Laktat-Test, BORG-Skala - Gesetzmäßigkeiten des Trainings: Reizschwelligengesetz, Gesetz der Homöostase und Superkompensation; Gesetz der Anpassungsfähigkeit, Gesetz zum Verlauf der Leistungsentwicklung - Trainingsprinzipien zur Auslösung von Anpassungsprozessen; Festigung der Anpassung; spezifischen Steuerung der Anpassung <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Ausdauerformen: Waldlauf; Spinning, 5000m-Lauf - Dauer-; Wiederholungs- und Intervallmethode in unterschiedlichen Bewegungsbereichen akzentuieren - Trainingstagebuch - Trainingsplan 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung eines Ausdauerlaufs - Engagement - Anstrengungsbereitschaft - Motivation beim Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainingstagebuch - individueller Trainingsplan - Referate

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Partnerspiel (Tischtennis)</i>	E	<i>Q2</i>	<i>20</i>	<i>6</i>

Tischtennis - Vom Einzel- zum Doppelspiel

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, MK e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Partnerspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 6

Thema des UV: „Tischtennis - Vom Einzel- zum Doppelspiel“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der erlernten Techniken und Taktiken im Zielspiel - aus verschiedenen Positionen möglichst sicher und zielorientiert spielen können - Erfahren der Bedeutung von taktisch gutem Verhalten im Doppelspiel - Druckbedingungen erarbeiten, in offensiven Spielsituationen aufbauen und in der Defensive auf unterschiedliche Druckbedingungen sachgerecht reagieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Herausarbeiten von Verhaltensstrategien in Defensive und Offensive - kriteriengeleitetes Anpassen gruppentaktischer Verhaltensweisen - Anpassen des eigenen Handelns in manschaftstaktischer Hinsicht - Videoanalyse - Schüler-Schüler Anleitung und Korrektur 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Referate zu gruppen- und manschaftstaktischen Verhaltensweisen in verschiedenen Situationen - Entwicklung von Übungsformen und Festlegung von Verhaltenskriterien im Doppelspiel - Videoschulung - Schwerpunkt: Antizipation <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - taktische Übungen verstehen, umsetzen und evaluieren - Entwicklung und Erprobung von taktischen Verhaltensweisen in Defensive und Offensive - Umsetzen erprobter, taktischer Elemente des Doppelspiels 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mitarbeit in Theorie und Praxis - Beurteilung des Arbeitsverhaltens in der Gruppe (Doppel) und der allgemeinen Leistungsbereitschaft - Beurteilung der Transferfähigkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ausgewählte Druckbedingungen erzeugen und darauf situationsgerecht reagieren können - Tischtennisspezifische psychische Belastungen im Spiel erkennen und sachgerecht darauf reagieren können - mit dem Doppelpartner verbal zielorientiert im Spiel (Pausen) kommunizieren können

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	B/ D	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>7</i>

Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, SK b1, UK b1+ d1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen*
- *Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: **b, d**

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.1 UV 7

Thema des UV: „Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien“ (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - selbstständiges Erarbeiten einer Choreographie über den Dreischritt (Stationenlernen, gebundene Aufgaben und offene Aufgaben) - Planung und Durchführung dieser Choreographie unter Einbezug der ausgewählten Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Einbeziehen und Akzentuierung der Komponenten Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination - Förderung kompetenzorientierten Lernens durch zunehmende Individualisierung und Selbstbestimmung des Handelns - reflektierte Praxis über Wahrnehmungs- und Beobachtungsbögen (kritisch konstruktiver Umgang mit Eigen- und Fremdleistungen) 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Choreographien - Erprobung und Reflexion der ausgearbeiteten Gestaltungsformen (Schritte, Musik, etc.) - Videoaufnahmen zur erweiterten Reflexion - selbstständiges Anpassen ausgewählter Ausführungs- und Gestaltungskriterien - große Tanzrevue zum Abschluss 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrirte Step-Aerobic - Bedeutung von Bewegung für die individuelle Fitness - Gestaltungskriterien <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Grundschrirte in einer selbst erstellten Choreographie - Festlegung und Einbau von Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Fitnesstraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement, Motivation - Einbringen eigener Ideen in die Gestaltung - Leisten von Hilfestellungen - Kooperation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Choreographie - kriteriengeleitete Bewertung durch die Schülerinnen und Schüler

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	D/ F	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>8</i>

Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK d1+ d2+ f1, MK d2, UK f1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

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

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.3 UV 8

**Thema des UV: „Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte - Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?“
(15 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Grundsätze des Krafttrainings kennenlernen und anwenden - Erfahren der Bedeutung dauerhaften Übens/ Trainierens für die Leistungsentwicklung - Sportbiologische und trainings-theoretische Grundlagen verstehen - Verstehen der Notwendigkeit funktioneller Bewegungen in Sport und Alltag - Erkennen des gesundheitlichen Nutzens - Bewusstmachung der gesellschaftlichen Bedeutung von Fitness - Verstehen der Wirkungen und Folgen von Doping 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Stationen zum Kraft- und Beweglichkeitstraining in Partnerarbeit (ohne Gerät) - Erprobung und Reflexion der Arbeitsergebnisse im Kurs - Erarbeitung eines Fitnessprogramms - Angeleitetes Training im Krafraum 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Kenntnisse im Bereich Trainingslehre - Methoden und Prinzipien des Krafttrainings - Erarbeiten eigener Trainingspläne - Fehlbelastungen, muskuläre Dysbalancen und Folgeschäden - Bedeutung von Krafttraining - Krafttraining und Doping: Methoden, Mittel und Wirkungsweisen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstellen einer Kraft- und Beweglichkeitstrainingseinheit unter Berücksichtigung individueller Bedürfnisse der Kursteilnehmer - Durchführung und Reflexion des erarbeiteten Fitnessprogramms - Krafttraining mit und ohne Gerät 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - Erstellung und Präsentation einer Kraft-, Beweglichkeitstrainingseinheit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtung der Bewegungsausführungen - Wissen über die Kriterien der vereinbarten Übungen

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Partnerspiel (Tischtennis)</i>	C/ E	<i>Q2</i>	<i>18</i>	<i>9</i>

Speckbrett vs. Tischtennis - Komplexe Spielformen im Zielspiel bewältigen

Kompetenzerwartungen: *BWK 4, SK c1, MK e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c, e

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

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.4 UV 9

Thema des UV: „Tischtennis - Komplexe Spielformen im Zielspiel bewältigen“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Zusammenfassung aller Erlernten technischen Fertigkeiten und taktischen Verhaltensweisen aus den Sequenzen in der Q1 und Q2 - regelgeleitete Durchführung des Zielspiels mit besonderem Fokus auf einzelne taktische Elemente 	<ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung und Reflexion von technischen Fertigkeiten und individual- bzw. gruppentaktischen Verhaltensweisen - kriteriengeleitete Fehlerbildanalyse - Aufarbeitung technisch-koordinativer Fehler durch wiederholende Übungen (Balleimertraining; Ballmaschine) - Aufarbeitung taktisch-kognitiver Fehler durch Beobachter (selbständiges Coaching) - Handicapspiele zur Akzentuierung einzelner taktischer Elemente und zur Binnendifferenzierung 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung der Prinzipien und Methoden des Technik- und Taktiklernens - Analyse von Fehlerbildern zur Verbesserung des Spielverhaltens - Wiederholung der Druckbedingungen und deren Einfluss auf die sportliche Handlungsfähigkeit (Anknüpfung an das KAR-Modell von Neumaier) - Wiederholung psycho-physischer Belastungsfaktoren <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zielspiel in Einzel- und Doppel - aktives Coaching in Kleingruppen mit klaren Korrekturen und Anweisungen - Entwicklung und Durchführung praktischer Übungen zur Verbesserung der Spielfähigkeit - Handicapspiele als Herausforderung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beurteilung des Coachingverhaltens und der Korrekturübungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prüfungsspiel (Einzel und Doppel) - situationsgerechte Anwendung individualtaktisch/gruppentaktisch-kognitiver Entscheidungen - situationsgerechte Anwendung psycho-physischer Fähigkeiten im Spiel

Profilierung

Umrissplanung (Obligatorik) für die Qualifikationsphase

(Q1: Obligatorik: 102 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 18 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 40 Schulwochen)

(Q2: Obligatorik: 68 Unterrichtsstunden/ Freiraum: 13 Unterrichtsstunden - bei einem Schuljahr von 27 Schulwochen)

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	IF d
BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - VOLLEYBALL	IF e sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ⁴	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	1.4	SK d2/ f2/ MK d2/ UK d1	Dehnen und Entspannen– statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper		
	7.1/7.2	SK a1/ UK a1	Entwicklung und Festigung technischer Grundlagen (oberes und unteres Zuspiel) unter Berücksichtigung verschiedener Lernwege und Sozialformen		
	7.1/7.2	SK e1/MK e1+e2/ UK e1	Annäherung an das Zielspiel Volleyball im Kleinfeld durch Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel und Hinzunahme einer Spieleröffnung mittels Aufschlag von unten		
Q1.2	7.3	SK e1/ MK e1+e2/ UK e1	Einführung in das Spiel des Beachvolleyball – vom 6:6 zum 4:4		
	1.2	SK d1+2/ MK d1+d2; SK f1/ UK f1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern		
Q2.1	7.1/7.2	MK e2	Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten und oben, Angriffsschlag, Einerblock und deren Anwendung auf dem Großfeld unter Einbeziehung taktischer Überlegungen und Regelkenntnissen		
	1.1	SK b1/ UK b1, UK d1	Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien		
Q2.2	1.3	SK d1+d2/ MK d2; UK f1/SK f1	Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend? Funktionales Muskeltraining ohne Geräte		
	7.3/7.4	MK e2; SK c1	Komplexe Spielformen im Zielspiel des 6 vs 6 bewältigen		

⁴ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode/n/ Psychoregulative Verfahren zur Entspannung</i>	D/ F	Q1	4 <i>(dann unterrichts- begleitend)</i>	1

Dehnen und Entspannen – statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper!

Kompetenzerwartungen: *BWK 4, SK d2, SK f2, MK d2, UK d1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *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*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.4 UV 1

**Thema des UV: „Dehnen und Entspannen- statisch oder dynamisch? Wir entwickeln ein Gefühl für unseren Körper“
(4 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erkennen der Sinnhaftigkeit von Aufwärmen - Sammeln und Anwenden vielfältiger funktionsgymnastischer Übungen - Beschreiben von Dehnübungen und Aufwärmübungen unter Verwendung geeigneter Fachbegriffe (z.B. Nennung der spezifischen Muskelgruppen) - Entwicklung und Erprobung von Entspannungformen 	<ul style="list-style-type: none"> - SchülerInnen entwerfen selbstständig ein Aufwärmprogramm und führen es mit der Lerngruppe durch. - Lernzirkel Entspannungstechniken 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Allgemeines Aufwärmen - Spezielles Aufwärmen - Entspannungstechniken <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Statisches Dehnen - Dynamisches Dehnen - Dehnkräftigen - CR-Stretching - Anspannung/ Entspannung - Massage - Traumreisen 	<p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - die SchülerInnen sollen Dehn- und Aufwärmübungen nach den vorgegebenen Bewegungsmustern ausführen (Körperhaltung, Bewegungsausführung) - Anwendung von Fachbegriffen - Anwendung von Entspannungstechniken <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dehn- und Aufwärmübungen auswählen und anleiten.

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Volleyball)</i>	A	<i>Q1</i>	<i>30</i>	<i>2</i>

Entwicklung und Festigung technischer Grundlagen (oberes und unteres Zuspiel) unter Berücksichtigung verschiedener Lernwege und Sozialformen

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, SK a1, UK a1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 2

Thema des UV: „Entwicklung und Festigung technischer Grundlagen (oberes und unteres Zuspiel) unter Berücksichtigung verschiedener Lernwege und Sozialformen “ (30 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - die Grundfertigkeiten Pritschen und Baggern in ihren Unterschieden und Gemeinsamkeiten erfahren - Schulung der Phasenstruktur: <ul style="list-style-type: none"> a) Spielposition einnehmen b) Grundhaltung einnehmen c) Bewegungsausführung - Verstehen der Bedeutung technischer und grundlegender taktischer Fertigkeiten für das Funktionieren des großen Volleyballspiels 	<ul style="list-style-type: none"> - die unterschiedlichen Grundfertigkeiten Pritschen und Baggern in Einzel-, Partner- und Gruppenübungen anwenden - Erproben der einzelnen Fertigkeiten in vereinfachten Spielsituationen (Ball über die Schnur/Kleinfeld) - Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik - Schüler - Schüler Coaching mit Hilfe von kriteriengeleiteten Beobachtungsbögen 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modelle des motorischen Lernens (open/closed Loop; Modell der Bewegungskoordination nach Meinel/Schnabel) - Kennenlernen von Prinzipien und Methoden des Techniktrainings <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gewöhnung an das Gerät mit verschiedenartigen Bällen (Gymnastikball/ Softball/ Zeitlupenball/Volleyball) - Wurf - Fangübungen zum Erlernen der richtigen Spielposition - Erlernen und situationsgerechte Anwendung der Grundhaltung - Erlernen des Ballabspiels mittels zugeworfenem und zugespeltem Ball - Ausführung der Bewegung unter körperlicher Belastung - Ausführung der Techniken mit und ohne Schnur - Anwendung der Techniken in unterschiedlichen Übungs- und Spielformen - Beobachtungsbögen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - richtige Ausführung der Bewegungsabläufe - Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zuspiel in Partner- und Gruppenarbeit - Anwendung in vereinfachter Spielform

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Volleyball)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>3</i>

***Annäherung an das Zielspiel Volleyball im Kleinfeld durch Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres
Zuspiel und Hinzunahme einer Spieleröffnung mittels Aufschlag von unten***

Kompetenzerwartungen: *BWK 1 + 2, SK e1, MK e1 + e2, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 3

Thema des UV: „Annäherung an das Zielspiel Volleyball im Kleinfeld durch Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel und Hinzunahme einer Spieleröffnung mittels Aufschlag von unten “ (24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - die technischen Elemente des oberen und unteren Zuspiels verbessern - den Aufschlag von unten als sichere Spieleröffnung erkennen - Annäherung an das Zielspiel durch Reduzierung der Spielerzahl und der Feldgröße - erste gruppentaktische Elemente in kleinen Spielformen anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> - die unterschiedlichen Grundfertigkeiten unteres und oberes Zuspiel in Partner- und Gruppenarbeit unter Belastung festigen - Aufschlag von unten mit verschiedenen Abständen zum Netz einüben und als Element der Spieleröffnung anwenden - zielgerichteten Aufschlag von unten als spieltaktisches Element erkennen und anwenden können - Erläuterung von Spielsituationen mit Hilfe von Spielbeobachtungsbögen (Schüler-Schüler Feedback) - Anpassen des eigenen Handelns an die erarbeiteten gruppentaktischen Kriterien und an die abgesprochenen Spiel- und Verhaltensregeln 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexion und Evaluation von taktischen Übungen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmübungen zur Verbesserung des Timings bei der Einnahme der Spielposition - Verbesserung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel unter Einbeziehung von Positionswechseln, Änderung des Spielwinkels und körperlicher Belastung durch zusätzliche Laufwege - Ausführung des Aufschlags von unten unter taktischen Gesichtspunkten (Zielaufschlag) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation - richtige Ausführung der Bewegungsabläufe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zuspiel in Partner - und Gruppenarbeit - zielgerichteter Aufschlag - Anwendung in Kleinfeldspiel

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Volleyball)</i>	E	<i>Q1</i>	<i>24</i>	<i>4</i>

Einführung in das Spiel des Beachvolleyball - vom 6:6 zum 4:4

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK e1, MK e1 + e2, UK e1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3 UV 4

Thema des UV: „Einführung in das Spiel des Beachvolleyball - vom 6:6 zum 4:4“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung des Zielspiels 4:4 im Beachvolleyball durch Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten, Angriffsschlag, Einerblock - taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden - Annäherung an das Zielspiel durch Reduzierung der Spielerzahl und der Feldgröße (Reduzierung von 6:6 auf 4:4 auf dem Großfeld und 2:2 auf dem Halbfeld) - Spielregeln als hilfreiche Beschränkungen des Zielspiels ansehen 	<ul style="list-style-type: none"> - die unterschiedlichen Grundfertigkeiten unteres und oberes Zuspiel und Aufschlag von unten in Spielformen festigen - Anwendung der Grundfertigkeiten im Spiel 6:6 und 4:4 unter taktischen Aspekten festigen - gruppen- und mannschaftstaktische Strategien entwickeln lassen (Strategiepapier) - Regelvariationen situativ anpassen (gemeinsame und auch individuelle Absprachen) - auf WettkampfregeIn einigen 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung von Übungsformen und Festlegung von Verhaltenskriterien - Fehlerkorrektur - gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmübungen zur Festigung der Grundfertigkeiten in Partner- und Gruppenarbeit - Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel und Aufschlag von unten im Spiel ohne Netz (bei zu geringer Anzahl von Großfeldern) - Großfeldspiel in verschiedenen Aufstellungsformen, um deren taktische Unterschiede zu erkennen - Anwendung der technischen Grundfertigkeiten und taktischen Kenntnisse im Turnier 4:4 auf dem Großfeld 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation - richtiges Spielverhalten bezüglich des gespielten taktischen Systems - Nachweis der Regelkenntnisse im Beachvolleyball <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung des Spielverhaltens in kleinen Spielformen und im Zielspiel

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</i>	D/ F	<i>Q1</i>	<i>20</i>	<i>5</i>

Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern

Kompetenzerwartungen: BWK 2, SK d1 + d2+ f1, MK d1 + d2, UK f1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten*

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.2 UV 5

Thema des UV: „Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen; Rad fahren, Inliner) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern“ (20 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Diagnose der Ausdauerleistungsfähigkeit - Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung - Verschiedene Trainingsprinzipien, -methode, und -gesetze - Möglichkeiten individueller Trainingssteuerung 	<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung verschiedener Verfahren zur Belastungssteuerung - Durchführung verschiedener Ausdauertrainingsmethoden - Theoretische Erarbeitung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten des Trainings und bedeutsamer Trainingsprinzipien - Dokumentation der individuellen Leistungsentwicklung und der körperlichen Befindlichkeit mit Hilfe von Trainingstagebüchern; Beobachtung als Ausgangspunkt für die theoretische Erarbeitung der Anpassungserscheinungen durch Ausdauertraining - Umsetzung der Erkenntnisse und Erfahrungen im Rahmen der Entwicklung eines individuellen Trainingsplans 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messung der Herzfrequenz; Conconi-Test, Laktat-Test, BORG-Skala - Gesetzmäßigkeiten des Trainings: Reizschwelligengesetz, Gesetz der Homöostase und Superkompensation; Gesetz der Anpassungsfähigkeit, Gesetz zum Verlauf der Leistungsentwicklung - Trainingsprinzipien zur Auslösung von Anpassungsprozessen; Festigung der Anpassung; spezifischen Steuerung der Anpassung <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Ausdauerformen: Waldlauf; Spinning, 5000m-Lauf - Dauer-; Wiederholungs- und Intervallmethode in unterschiedlichen Bewegungsbereichen akzentuieren - Trainingstagebuch - Trainingsplan 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Durchführung eines Ausdauerlaufs - Engagement - Anstrengungsbereitschaft - Motivation beim Üben <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainingstagebuch - individueller Trainingsplan - Referate

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.1/ 7.2	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Volleyball)</i>	E	<i>Q2</i>	<i>20</i>	<i>6</i>

Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten und oben, Angriffsschlag, Einerblock und deren Anwendung auf dem Großfeld unter Einbeziehung taktischer Überlegungen und Regelkenntnissen

Kompetenzerwartungen: BWK 1 + 2, MK e2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-kordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden*
- *Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mit Hilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.1/ 7.2 UV 6

Thema des UV: „Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten und oben, Angriffsschlag, Einerblock und deren Anwendung auf dem Großfeld unter Einbeziehung taktischer Überlegungen und Regelkenntnissen“ (24 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung des Zielspiels durch Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten, Angriffsschlag, Einerblock - taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden - taktische Strategien handlungsschnell und -sicher einsetzen - den Aufschlag von oben (z.B. Flatteraufschlag) als weitere Möglichkeit der Spieleröffnung erkennen - Spielregeln als hilfreiche Beschränkungen des Zielspiels ansehen 	<ul style="list-style-type: none"> - die Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten und oben, Angriffsschlag, Einerblock in spielnahen Übungsformen unter körperlicher Belastung üben und festigen - Anwendung der Grundfertigkeiten in Spielsituationen unter taktischen Aspekten - Aufschlag von oben als spieltaktisches Element erkennen und anwenden können - Taktikboard - Schülercoaching - Einsetzen der Regelkenntnisse zur Verbesserung des Spielergebnisses 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung, Anpassung und Erweiterung der Methoden des Techniktrainings - Entwicklung von Spielkonzepten und Übungsformen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmübungen zur Festigung der Grundfertigkeiten in Partner- und Gruppenarbeit - spielnahe Übungen zum Erkennen taktischer Strukturen im Spiel - Ausführung des Aufschlags von oben unter taktischen Gesichtspunkten - Großfeldspiel in verschiedenen Aufstellungsformen, um deren taktische Unterschiede zu erkennen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation - richtiges Spielverhalten bzgl. des gespielten taktischen Systems - Nachweis der Regelkenntnisse <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung taktischer Überlegungen in spielnahen Gruppenübungen und im Spiel - technische Ausführung des Aufschlags von oben

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.1	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	B/ D	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>7</i>

Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, SK b1, UK b1+ d1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen*

Sachkompetenz (SK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen*
- *Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *b, d*

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.1 UV 7

Thema des UV: „Entwicklung einer Step-Aerobic Choreographie zur Verbesserung der individuellen Fitness unter Einbeziehung der Gestaltungskriterien“ (15 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - selbstständiges Erarbeiten einer Choreographie über den Dreischritt (Stationenlernen, gebundene Aufgaben und offene Aufgaben) - Planung und Durchführung dieser Choreographie unter Einbezug der ausgewählten Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Einbeziehen und Akzentuierung der Komponenten Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination - Förderung kompetenzorientierten Lernens durch zunehmende Individualisierung und Selbstbestimmung des Handelns - reflektierte Praxis über Wahrnehmungs- und Beobachtungsbögen (kritisch konstruktiver Umgang mit Eigen- und Fremdleistungen) 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Choreographien - Erprobung und Reflexion der ausgearbeiteten Gestaltungsformen (Schritte, Musik, etc.) - Videoaufnahmen zur erweiterten Reflexion - selbständiges Anpassen ausgewählter Ausführungs- und Gestaltungskriterien - große Tanzrevue zum Abschluss 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundschrirte Step-Aerobic - Bedeutung von Bewegung für die individuelle Fitness - Gestaltungskriterien <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung der Grundschrirte in einer selbst erstellten Choreographie - Festlegung und Einbau von Ausführungs- und Gestaltungskriterien - Fitnesstraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement, Motivation - Einbringen eigener Ideen in die Gestaltung - Leisten von Hilfestellungen - Kooperation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Choreographie - kriteriengeleitete Bewertung durch die Schülerinnen und Schüler

Bewegungsfeld/ Sportbereich 1.3	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik</i>	D/ F	<i>Q2</i>	<i>15</i>	<i>8</i>

Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte – Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?

Kompetenzerwartungen: *BWK 3, SK d1+ d2+ f1, MK d2, UK f1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern*
- *Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.*
- *Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern*

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen*

Urteilskompetenz (UK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d, f

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

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1.3 UV 8

**Thema des UV: „Funktionales Muskeltraining mit und ohne Geräte - Fitness als Grundbedürfnis oder Modetrend?“
(15 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Grundsätze des Krafttrainings kennenlernen und anwenden - Erfahren der Bedeutung dauerhaften Übens/ Trainierens für die Leistungsentwicklung - Sportbiologische und trainings-theoretische Grundlagen verstehen - Verstehen der Notwendigkeit funktioneller Bewegungen in Sport und Alltag - Erkennen des gesundheitlichen Nutzens - Bewusstmachung der gesellschaftlichen Bedeutung von Fitness - Verstehen der Wirkungen und Folgen von Doping 	<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung und Präsentation von selbst gestalteten Stationen zum Kraft- und Beweglichkeitstraining in Partnerarbeit (ohne Gerät) - Erprobung und Reflexion der Arbeitsergebnisse im Kurs - Erarbeitung eines Fitnessprogramms - Angeleitetes Training im Krafraum 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Kenntnisse im Bereich Trainingslehre - Methoden und Prinzipien des Krafttrainings - Erarbeiten eigener Trainingspläne - Fehlbelastungen, muskuläre Dysbalancen und Folgeschäden - Bedeutung von Krafttraining - Krafttraining und Doping: Methoden, Mittel und Wirkungsweisen <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstellen einer Kraft- und Beweglichkeitstrainingseinheit unter Berücksichtigung individueller Bedürfnisse der Kursteilnehmer - Durchführung und Reflexion des erarbeiteten Fitnessprogramms - Krafttraining mit und ohne Gerät 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aktive Mitarbeit in Theorie und Praxis - Erstellung und Präsentation einer Kraft-, Beweglichkeitstrainingseinheit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beobachtung der Bewegungsausführungen - Wissen über die Kriterien der vereinbarten Übungen

Bewegungsfeld/ Sportbereich 7.3/ 7.4	Inhaltlicher Kern	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jgst.	Dauer des UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>BF/SB 7: Mannschaftsspiel (Volleyball)</i>	C/ E	<i>Q2</i>	<i>18</i>	<i>9</i>

Komplexe Spielformen im Zielspiel des 6 vs 6 bewältigen

Kompetenzerwartungen: *BWK 3 + 4, SK c1, MK e2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Sachkompetenz (SK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- *Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c, e

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

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7.3/ 7.4 UV 9

Thema des UV: „Komplexe Spielformen im Zielspiel des 6 vs 6 bewältigen“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Theorie-Praxis Verknüpfung	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Durchführung des Zielspiels durch Festigung der Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten und oben, Angriffsschlag, Einerblock - taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des eigenen Spiels erkennen und anwenden - Variationen des Zielspiels kennenlernen, analysieren und spielen (z.B. Indiaca) 	<ul style="list-style-type: none"> - die Grundfertigkeiten oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten, Aufschlag von oben, Angriffsschlag, Einerblock in spielnahen Übungsformen unter körperlicher Belastung üben und festigen - Anwendung der Grundfertigkeiten in Spielsituationen unter taktischen Aspekten - Emotionen schüren mit Hilfe von Handicapspielen (Kompensationshandlungen und Teambuilding) - Schärfung des taktischen Verhaltens über Variationen des Zielspiels 	<p>Gegenstände Theorie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wiederholung der Prinzipien und Methoden des Technik- und Taktiklernens - Druckbedingungen und deren Einfluss auf die sportliche Handlungsfähigkeit (evtl. Anknüpfung an das KAR-Modell von Neumaier) <p>Gegenstände Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmübungen zur Festigung der Grundfertigkeiten in Partner- und Gruppenarbeit. - spielnahe Übungen zum Erkennen taktischer Strukturen im Spiel 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation - richtiges Spielverhalten bzgl. des gespielten taktischen Systems <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prüfungsspiel (mit besonderem Augenmerk auf technischen Fertigkeiten und taktischem Verhalten - auch in den gespielten Spielvariationen)

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

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

Überfachliche Grundsätze:

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

Fachliche Grundsätze:

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

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der

reflektierten Praxis an der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs – auch bei Sport als viertem Abiturfach - bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine Praxis-Theorie-Verknüpfung angestrebt. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen. Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie werden nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung u. Leistungsrückmeldung

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

Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen. Das Fach Sport ist am Gymnasium Nepomucenum bisher noch kein Abiturfach. Jedoch ist geplant ab dem Schuljahr 2017/18 erstmalig einen Leistungskurs Sport (P2) anzubieten. Ab dem Schuljahr 2016/17 wird daher den Schülerinnen und Schülern aller Sportkurse in der Einführungsphase die Möglichkeit geboten, sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben.

Die in der Jahrgangstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen - insbesondere auch in den Klausuren - eng zusammen.

Im 2. Halbjahr der Q1 wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Faches Sport als 4. Abiturfach von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

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

Abspraken zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden:

Bewertet wird, wie der Schüler

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

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

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

Konkretisierung zu 1 und 2:

- mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)
 - mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit) bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
 4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung zu 3 und 4:

- Kooperation wird gemäß eines gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogens bewertet.
- Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden
- Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase soll eine schriftliche Übung durchgeführt werden.

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

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

3. Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen

In der Einführungsphase stimmen sich die Fächer Biologie und Sport inhaltlich und zeitlich bezüglich des übergeordneten Themas „Grundlagen der sportlichen Leistung“ ab. Dabei übernimmt das Fach Biologie einen Großteil der stoffwechselphysiologischen Aspekte im Hinblick auf die Energiebereitstellung im menschlichen Körper und die Funktionsweise der Skelettmuskulatur. Im Sportunterricht (angeknüpft an das Unterrichtsvorhaben „Theoriegeleitete Erstellung von individuellen Trainingsplänen mit dem Schwerpunkt Ausdauer zur Vorbereitung und Durchführung eines Mehrkampfes“) werden dann Trainingsaspekte besprochen, die bei der erfolgreichen Schulung der aeroben Ausdauer und der damit verbundenen alaktaziden Energiebereitstellung im Muskel berücksichtigt werden müssen. Anschließend werden diese dann unter Praxis Gesichtspunkten (Vorbereitung des 5000m-Laufs) erprobt und im Anschluss reflektiert.

4. Qualitätssicherung und Evaluation

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am Gymnasium Nepomucenum wird der Unterricht zukünftig durch Schülerfeedback evaluiert werden. Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (regelmäßige Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (Entscheidung über Einblockung, neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dies wird zum ersten Mal notwendig sein, wenn der Leistungskurs Sport (P2) zustande kommt, kann aber auch erforderlich sein, falls neue Kursprofile etabliert, sowie evtl. Projektkurse eingerichtet werden.

Überarbeitungs- und Perspektivplanung

Die Fachkonferenz Sport strebt an, das Fach Sport auch als Leistungskurs in der gymnasialen Oberstufe zu etablieren. Die Fachkonferenzvorsitzenden haben entsprechende Schritte eingeleitet.

.

5. Anhang

Städtisches Ganztagsgymnasium Nepomucenum

Schuljahr 2015/16

Name, Vorname: _____

Kursprofilwahlen Qualifikationsphase

Bitte eine Rangfolge der Wünsche notieren! [1-4]

Kursprofil	Profil bildende Bewegungsfelder	Profil bildende Inhaltsfelder	Kurzbeschreibung
Kursprofil 1 	BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz	<p>Es werden vier Kursprofile angeboten, die sich alle aus den gleichen Profil bildenden Bewegungsfeldern (<i>BF 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen/ BF 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen</i>) und den gleichen Profil bildenden Inhaltsfeldern (<i>If d – Leistung/ If e Kooperation und Konkurrenz</i>) zusammensetzen. Alle Kursprofile bieten trotz der Konzentration auf ein bestimmtes Sportspiel eine ganze Breite von Bewegungsmöglichkeiten.</p>
Kursprofil 2 	BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz	<p>Bei der Umsetzung aller Schwerpunkt Sportarten im Bewegungsfeld 7 stehen die Verbesserung technisch-kordinativer Fertigkeiten und Fähigkeiten sowie die vertiefte Auseinandersetzung mit individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Verhaltensweisen im Wettkampfspiel im Mittelpunkt. Außerdem soll die Wahrnehmung und Handlungssteuerung im Spiel dadurch verbessert werden, dass Spielformen in unterschiedlichen Gruppengrößen kriteriengeleitet selbstständig entwickelt und an technisch-kordinative Anforderungen angepasst werden.</p>
Kursprofil 3 	BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball)	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz	<p>Im Bereich des Bewegungsfeldes 1 geht es darum, Erkenntnisse zum motorischen Lernen zu vertiefen und diese für den eigenen Alltag begreifbar zu machen. Inhaltlich stehen sowohl die Steigerung der individuellen aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit, als auch die Durchführung verschiedener Formen der Fitnessgymnastik, funktionales Muskeltraining ohne Geräte und die Vermittlung allgemeiner Kenntnisse zum funktionalen Dehnen im Mittelpunkt.</p>
Kursprofil 4 	BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Tischtennis)	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz	<p>In der theoretischen Auseinandersetzung geht es im Rahmen einer reflektierten Praxis sowohl darum, Möglichkeiten zur gezielten Veränderung von Sportspielen kennenzulernen, als auch technisch-taktische Elemente thematisieren und hinterfragen zu können. Ebenso stellen Gesundheits- und Fitnessfragen einen zentralen Aspekt der theoretischen Auseinandersetzung mit dem Sport dar.</p>

 Unterschrift der Schülerin/ des Schülers