



# GYMNASIUM AM MOLTKEPLATZ

*Gemeinsam. Mehr erreichen.*



Curriculum Sport Sek. II

## Inhaltsverzeichnis

<b><u>VORWORT.....</u></b>	<b><u>2</u></b>
<b><u>1. DIE FACHGRUPPE AM GYMNASIUM AM MOLTKEPLATZ.....</u></b>	<b><u>2</u></b>
1.1 FACHLICHE BEZÜGE ZUM LEITBILD DER SCHULE .....	2
1.2 FACHLICHE BEZÜGE ZUM EUROPA-PROFIL .....	4
1.3 FACHLICHE BEZÜGE ZU DEN RAHMENBEDINGUNGEN IM SCHULISCHEN UMFELD .....	4
1.4 UNTERRICHTSANGEBOT .....	4
1.5 KURSPROFILE IN DER OBERSTUFE .....	4
1.6 SPORT ALS 4. ABITURFACH .....	5
1.7 HAUSAUFGABEN .....	5
1.8 QUALITÄTSENTWICKLUNG UND -SICHERUNG .....	5
<b><u>2. ENTSCHEIDUNGEN ZUM UNTERRICHT .....</u></b>	<b><u>6</u></b>
2.1 KURSPROFILE UND UNTERRICHTSVORHABEN .....	6
2.1.1 EINFÜHRUNGSPHASE .....	6
2.1.2 QUALIFIKATIONSPHASE IM GRUNDKURS.....	22
<b><u>3. GRUNDSÄTZE DER FACHMETHODISCHEN UND FACHDIDAKTISCHEN ARBEIT.....</u></b>	<b><u>70</u></b>
<b><u>4. GRUNDSÄTZE DER LEISTUNGSBEWERTUNG UND LEISTUNGSRÜCKMELDUNG.....</u></b>	<b><u>70</u></b>
<b><u>5. ENTSCHEIDUNGEN ZU FACH- UND UNTERRICHTSÜBERGREIFENDEN FRAGEN .....</u></b>	<b><u>81</u></b>
5.1 ZUSAMMENARBEIT MIT WEITEREN FÄCHERN .....	81
5.2 PROJEKTKURS.....	81
<b><u>6. QUALITÄTSSICHERUNG UND EVALUATION .....</u></b>	<b><u>81</u></b>

## Vorwort

Sport ist gesund, Sport macht Spaß, Sport bildet – das Fach Sport hat an unserer Schule einen besonderen Stellenwert. Seit Jahren sind wir „Partnerschule des Leistungssports“, arbeiten partnerschaftlich und gleichberechtigt mit verschiedenen Krefelder Vereinen eng zusammen, um unseren Schüler:innen die Möglichkeit zu bieten ein vielfältiges Repertoire an Sportarten „live“ zu erleben. Dass diese Kooperationen Früchte tragen, zeigen die diversen Titel, die unsere Schüler:innen in den vergangenen Jahren gesammelt haben. Hervorzuheben sind hier sicherlich die Siege bei „Jugend trainiert für Olympia“ in der Mannschaftssportart Hockey, welche sowohl die Jungen und Mädchen bei den Bundesfinals in Berlin bereits errungen haben. Aber nicht nur die ganz großen Erfolge, sondern auch die gewonnenen Titelnkämpfe auf Stadt- und Landesebene machen uns stolz. In den letzten zehn Jahren gelang es unseren Sportlern immer sich als eine der besten drei Schulen Krefelds zu platzieren, der Stadtmeisterpokal stand dabei nicht selten in unserer Vitrine. Auch das Deutsche Sportabzeichen wird am Moltke jährlich während des Sportfestes auf der Sportanlage unseres Partnervereins „Bayer Uerdingen“ erworben.

Der Sportverein Bayer ist es auch, der in enger Kooperation mit der Fachschaft Sport zahlreiche Arbeitsgemeinschaften anbietet, auch außergewöhnliche Sportarten wie Le Parkour sind darunter. Zusätzlich wird an unserer Schule Sport als viertes Abiturfach unterrichtet, wodurch der Stellenwert dieses Unterrichtsfaches an unserer Schule noch weiter unterstrichen wird.

Der vorliegende schulinterne Lehrplan unseres „Moltkes“ versteht sich als kontinuierlich veränderbares und dynamisches Dokument, das fortwährend evaluiert und fortgeschrieben wird. Die Fachkonferenz ist bestrebt, den Fachunterricht Sport immer weiterzuentwickeln, zu innovieren und zu verbessern, sodass auch die Inhalte dieses Lehrplans immer wieder modifiziert werden (können).

## 1. Die Fachgruppe am Gymnasium am Moltkeplatz

### 1.1 Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Die Fachschaft Sport – bestehend aus 7 Lehrkräften und meist einem bzw. einer Referendar:in – verpflichtet sich dem Leitbild der Schule in besonderem Maße. Der Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild unserer Schule aus. Wir folgen dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischem Ansatz, der intendiert, die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schüler:innen zu fördern. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 grundsätzlich koedukativ statt. Wo pädagogisch begründet und gewinnbringend, können koedukative Lernsettings phasenweise aufgebrochen werden. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

Dabei folgt unsere Arbeit konsequent den Rahmenvorgaben des Schulsports im Sinne eines erziehenden Sportunterrichts: Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln aus verschiedenen Perspektiven (Prinzip der Mehrperspektivität) zu reflektieren. Übergeordnetes Ziel dabei ist es, die Schüler:innen zum lebenslangen Sporttreiben zu bewegen und eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu schaffen.

Im Leitbild der Schule heißt es, dass alle Akteure des „Moltkes“ **gemeinsam mehr erreichen**. Im Sinne einer umfassenden Bildung fördert die Fachschaft Sport die Entfaltung der Persönlichkeit in gleichberechtigter Teilhabe aller Akteur:innen. Dabei lösen wir den gymnasialen Leitgedanken im Fach Sport durch ein gesundes Leistungsbewusstsein ein und stellen dabei die persönliche Verantwortung für Lernen, Kompetenzerwerb, Selbstreflexion und Mündigkeit in den Fokus unserer Arbeit. All das geschieht in einer Erziehungspartnerschaft, zu der Schüler:innen, Eltern sowie Lehrer:innen gehören. Diese Partnerschaft kümmert sich um die bestmögliche Entwicklung und Entfaltung der Potentiale unserer Schüler:innen – in sportfachlicher, selbstregulatorischer, emotionaler und sozialer Hinsicht. **Gemeinsam. Mehr erreichen.**

Unsere Schule fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schüler:innen durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hochzuhalten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstregulation etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschüler:innen- 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 grundlegenden Bildungs- und Erziehungsauftrag von Schule gerecht wird. Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln zu reflektieren. Dabei verfolgt unser erziehender Sportunterricht auf der Basis der Rahmenvorgaben für den Schulsport eine mehrperspektivische Ausrichtung.

Darüber hinaus können Schüler:innen vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

Als Partnerschule des Leistungssports soll den Schüler:innen 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. Ansprechpartnerin ist Frau Schmitz.

## 1.2 Fachliche Bezüge zum Europa-Profil

Im Rahmen der Zertifizierung zur Europaschule für das Schuljahr 2021/22 hat die Fachschaft Sport beschlossen, dass sich die fachliche Arbeit auf konkrete Schwerpunkte (siehe UV-Karten unter Unterrichtsvorhaben) am Europa-Gedanken orientiert. Der Sport bietet vielfältige und mehrperspektivische Zugänge dazu. Anders als in den kognitiven Fächern, kann Europa hier am eigenen Körper erfahren und erlebt werden. Erklärtes Ziel ist es, die europäische Sportkultur in den Sportunterricht am Gymnasium am Moltkeplatz zu holen und diese für die Schüler:innen begreifbar zu machen. Durch die körperliche Auseinandersetzung und Reflexion mit Europa (und der Welt) können Horizonte erweitert und Bewegungswelten – im wahrsten Sinne des Wortes – erschlossen werden.

## 1.3 Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen im schulischen Umfeld

### Sportstätten der Schule

- zwei Sporthallen (eine medial mit Beamer ausgestattet)

### Sportstätten im Umfeld der Schule

- Sporthallen benachbarter Grundschulen, z.B. Grotenburghalle, Mosaikschule, Gebrüder-Grimm-Schule
- Nutzung des Badezentrums in Bockum (dienstags 3. + 4. sowie donnerstags 3. + 4. Stunde)
- Bezirkssportanlage Sprödental mit 4 Laufbahnen, 2 Sprunggruben, 1 Hochsprunganlage, 1 Ascheplatz, 1 Fußballplatz, 1 American Football Feld (fußläufig zu erreichen)
- Factory Krefeld (Fitnessstudio)
- Fitpark One (Badmintonfelder)
- zahlreiche Kooperationen (siehe Lehrplan Sekundarstufe I)

## 1.4 Unterrichtsangebot

- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST: Grundkurs 3-stündig (auch P4)

## 1.5 Kursprofile in der Oberstufe

In der Qualifikationsphase haben unsere Schüler:innen im Sinne der Förderung/Forderung die Möglichkeit aus drei Kursprofilen nach Neigung und Interesse zu wählen. Die Kursprofile umfassen:

- Kursprofil 1: Fitness und Basketball
- Kursprofil 2: Fitness und Volleyball
- Kursprofil 3: Fitness und Badminton
- geplant: Bilingualer Projektkurs

## 1.6 Sport als 4. Abiturfach

Am Gymnasium am Moltkeplatz hat jede/r Schüler:in mit Beginn des Schuljahres 2017/2018 die Möglichkeit Sport als 4. Abiturfach zu wählen, so dass sportaffine Schüler:innen besonders gefordert werden und das Fach Sport auch vertieft wissenschaftspropädeutisch erfahren können.

## 1.7 Hausaufgaben

„Hausaufgaben sind ein Teil der Erziehung zu Eigenverantwortung und Selbständigkeit, Schüler lernen damit ein eigenständiges Arbeiten. (...)“ (Josef Kraus, Präsident des Deutschen Lehrerverbands)

Aus diesem Grund werden im Fach Sport regelmäßig kleine (und in der Oberstufe auch etwas ausführlichere) Hausaufgaben aufgegeben. Auf diese Weise werden die im Unterricht behandelten Themen theoretisch und kognitiv ergänzt und gefestigt. Auch ein Lerntagebuch kann als fortlaufende Hausaufgabe geführt werden.

## 1.8 Qualitätsentwicklung und -sicherung

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

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

Koordinatoren für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind Frau Schmitz und Herr Breuer-Schimanke. Sie verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

## 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.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**. Schulorganisatorisch erfolgt die Wahl im Vorfeld durch Einwahl in Kursprofile über einen Wahlbogen.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Während der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

### 2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

#### 2.1.1 Einführungsphase

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

Aufbauend auf die Sekundarstufe 1 erweitern die Schüler:innen in der gymnasialen Oberstufe am Gymnasium am Moltkeplatz ihre fachliche Handlungskompetenz im Fach Sport sportpraktisch sowie kognitiv-reflektiert in wissenschaftspropädeutischer Dimension. Ziel ist es eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport zu entwickeln und diese differenziert begründet und reflektiert in eine salutogenetische Lebensgestaltung zu integrieren. Sportliches Können und Fachwissen sind die Grundpfeiler für eine interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen Sportwissenschaft, Geistes- und Gesellschaftswissenschaften, den Naturwissenschaften und künstlerisch-musischen Fächern in fortwährender Theorie-Praxis-Verknüpfung.

In der **Einführungsphase** werden Akzente in mindestens drei Bewegungsfeldern auf der Basis aller Inhaltsfelder thematisiert, um eine fundierte Kurswahl und Profilentcheidung für die Q-Phase zu ermöglichen.

**Verteilung der Unterrichtsvorhaben nach Bewegungsfeldern und Sportbereichen: Stufen EF – Q2 (Gymnasium am Moltkeplatz, Stand 23.04.2023)**

	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Bewegen im Wasser – Schwimmen	Bewegen an Geräten - Turnen	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Gleiten, Fahren Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport
11 (EF) (3 stündig)	Rope-Skipping (16) (Gesundheit / Leistung)	Sportabzeichen (Leistung)	_____	_____	Hip-Hop (16) (Bewegungsgestaltung)	Volleyball (16) (Wagnis und Verantwortung)  Badminton (16) (Bewegungsstruktur und Bewegungslernen)  Basketball (16) (Kooperation und Komkurenz)	_____	_____
12 (Q1) (3 stündig)	Profilkurs 1 Profilkurs 2 Profilkurs 3	_____	_____	_____	_____	Profilkurs 1: <b>Basketball</b> Profilkurs 2: <b>Volleyball</b> Profilkurs 3: <b>Badminton</b>	_____	_____
13 (Q2) (3 stündig)	Profilkurs 1 Profilkurs 2 Profilkurs 3	_____	_____	_____	_____	Profilkurs 1: <b>Basketball</b> Profilkurs 2: <b>Volleyball</b> Profilkurs 3: <b>Badminton</b>	_____	_____

**Jahrgangstufe 11  
(EF)**

**Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe EF**

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„Seilkünstler“ – Gesundheitsbewusst, kreativ und ausdauernd Seilspringen und dabei einen Trainingsplan zur Steigerung der individuellen Ausdauer erstellen	1.1	14
UV 2	„Gymnastik vs. Hip-Hop“ – Entwicklung von Kurzchoreografien zur Handgerät-Gymnastik/Improvisation und zum Hip-Hop-Dance sowie Vergleich einzelner Bewegungsgestaltungen anhand von Analysebögen	6.1	14
UV 3	„Wie fühlst du dich dabei?“ – Badminton unter verschiedenen psychischen Einflüssen wie Freude und Frustration wahrnehmen und beurteilen	7.1	14
UV 4	„Ich traue euch das zu!“ – Planung, Durchführung und Evaluation eines kursinternen und differenzierten Basketballturniers	7.2	14
UV 5	„Lernen kann man alles – Man muss nur wissen wie!“ – Einführung komplexer Volleyballtechniken anhand der Ganzheits-, Teillern- und Ganz-Teil-Ganz-Methode zur Vertiefung der Spielfähigkeit im Sportspiel Volleyball	7.3	14
UV 6	„Wir machen das Deutsche Sportabzeichen“ - Abnahme des deutschen Sportabzeichens im Stationsbetrieb	2.1	10
<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit: 120 UE</b>			
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben: 80 UE</b>			
<b>Freiraum: 40 UE</b>			

**Anmerkung:** Die Fachschaft Sport legt in der EF den Schwerpunkt auf den Sportbereich *7 Spiele in und mit Regelstrukturen*, da die profilgebenden Mannschaftssportarten Basketball und Volleyball sowie die Rückschlagsportart Badminton in der Q1 und Q2 vertieft behandelt werden. Die

Schüler:innen erhalten bereits in der EF einen vertiefenden, mehrperspektivischen Einblick und können eine begründete und verlässliche Wahl für die Q-Phase treffen.

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p><b>Thema des UV:</b> „Seilkünstler“ – Gesundheitsbewusst, kreativ und ausdauernd Seilspringen und dabei einen Trainingsplan zur Steigerung der individuellen Ausdauer erstellen</p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>f - Gesundheit</b>  <b>d - Leistung</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen der Fitnessgymnastik</li> <li>• Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>• Trainingsplanung und Organisation [d]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Fitnessprogramm (z. B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren</li> <li>• unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern</li> <li>• allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern</li> <li>• unterschiedliche Belastungsgrößen (u. a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen</li> <li>• einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z. B. Lerntagebuch)</li> </ul>

**UK**

- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen
- ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Erprobung unterschiedlicher Fortbewegungsmöglichkeiten mit dem Seil (einbeinig, zweibeinig, mit/ohne Zwischensprung, seitwärts)</p> <p>Erarbeitung verschiedener Einzelsprünge:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Side</li> <li>- Straddle</li> <li>- Ski</li> <li>- Sidestep</li> <li>- Twister</li> <li>- Cross</li> <li>- Bell</li> <li>- High jump</li> <li>- Erarbeitung verschiedener</li> <li>-</li> </ul> <p>Partnersprünge:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mit einem/zwei Seilen</li> <li>- Travelling</li> </ul> <p>(Gassenaufstellung: ein Schüler mit Seil holt andere ab)</p>	<p><b>Aufwärmen (allgemein und speziell), Schaffung der koordinativen Voraussetzungen</b></p> <p><b>Stationsarbeit, Bildreihen, Lerntheke, Video-Tutorials</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p> <p>Gesundheitsbewusstes Seilspringen</p> <p>Erstellung eines Trainingsplans zur Steigerung der individuellen Ausdauerfähigkeit</p> <p>koordinative Fähigkeiten</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <p>Beobachtung</p> <p>MEISTER-MODELL</p> <p> </p> <p><u>punktuell:</u></p> <p><b>Demonstration eines „gesunden“ Springens</b></p> <p><b>Springen „auf Zeit“</b></p>	<p>ERSO: European Rope Skipping Show Contest</p>

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<b>Thema des UV: „Gymnastik vs. Hip-Hop“</b> – Entwicklung von Kurzchoreografien zur Handgerät-Gymnastik/Improvisation und zum Hip-Hop-Dance sowie Vergleich einzelner Bewegungsgestaltungen anhand von Analysebögen		
<b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanz</li> <li>• Gymnastik</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungskriterien [b]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z. B. Elementarerer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren</li> <li>• ein (Hand-)Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u. a. Raum) erläutern</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Rhythmusschulung, Gleichgewichtsfähigkeit</p> <p>Abbau von „Bewegungshemmungen“</p> <p>Bewegungsspiele</p> <p>Erstellung von Mini Choreos</p> <p>Bewegungsverbindungen erstelle und präsentieren</p> <p>Material: Seil, Band, Reifen, Keule, Ball</p>	<p><b>Lernen am Modell/Video-Tutorials</b></p> <p><b>Reader (Herr Hoff)</b></p> <p><b>Video-Tutorials</b></p> <p><b>Stammgruppenarbeiten</b></p> <p><b>Gruppenpuzzle</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Gestaltungskriterien (Raum, Form, Dynamik, Zeit)</p> <p>Wie unterscheiden sich im Tanzen Choreografie und Improvisation (Meyer, Sport in der gymnasialen Oberstufe, Lektion 8, S. 182)</p> <p>Wirkunsabsichten nach Klinge &amp; Schütte, 2013: Normierte Präsentation, Kurzweilige Unterhaltung, Spannendes Ereignis, Humorvolle Darstellung, Widerständige Vieldeutigkeit, Provozierende Beteiligung</p> <p>Gestaltungsprinzipien: Verändern und Verfremden, Sich-ähnlich-Machen und Nachmachen, ausgrenzen und Reduzieren, Rhythmisieren, Kontastieren und Polarisieren (Klinge und Schütte, 2013)</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <p>MEISTER-MODELL</p> <p>Beobachtung</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p><b>Videoaufnahme/Präsentation</b></p> <p><b>Kriterien:</b>  <b>Kreativität, Rhythmus, Synchronie, Bewegungsqualität, Bewegungsvielfalt</b></p>	<p>Ein Tanz- und Musikstil erobert Europa – Der Einfluss der amerikanischen Popkultur auf Europa</p>

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
<b>Thema des UV: „Wie fühlst du dich dabei?“</b> – Badminton unter verschiedenen psychischen Einflüssen wie Freude und Frustration wahrnehmen und beurteilen		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> <li>•</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einfluss psychischer Faktoren (z. B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p>Auffrischung der Techniken Aufschlag, Clear, Drop, Smash, Spielen am Netz im Spiel</p> <p><b>Spiele ohne Druckbedingungen („Federball“)</b></p> <p><b>Spiele unter Druckbedingungen (z.B. Zeitdruck, Komplexitätsdruck, Belastungsdruck)</b></p> <p><b>Gefühle im Sport</b></p>	<p><b>kontinuierlicher Wechsel zwischen homogene und heterogene Spielpaarungen zur Erhöhung der Druckbedingungen und Beeinflussung emotionaler Zustände</b></p> <p><b>„künstliche“ Erhöhung von Druckparametern</b></p> <p><b>Reflexion von Gefühlszuständen während des Spiels (Freude, Frustration, Angst)</b></p> <p><b>Kaiserball-Turniere</b></p> <p><b>Zielscheibe</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Was motiviert Menschen zum Sporttreiben? (Sport in der gymnasialen Oberstufe, Meyer, Lektion 10)</p> <p>Motive im Sport nach Gabler, 2002</p> <p>Motivtendenzen nach Schmalt und Heckhausen, 2010</p> <p>Ablauf eines Motivprozesses nach Gabler, 2004</p> <p>emotionale (Stress-) Reaktionen im Sport bzw. in den Sportspielen</p> <p>Umgang mit Sieg und Niederlage</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung</li> <li>• MEISTER-MODELL</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration des Zielspiels</li> <li>• Aktive Teilnahme in Reflexionsphasen</li> <li>• evtl. kurze Impuls-Referate</li> </ul> <p><b>Klausur: 90 Minuten</b></p>	<p>Badminton in Dänemark</p>

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
<b>Thema des UV:</b> „Ich traue euch das zu!“ – Planung, Durchführung und Evaluation eines kursinternen und differenzierten Basketballturniers		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> e - Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li></ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li></ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden</li><li>Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden</li></ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben</li></ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</li></ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</li></ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p><b>Spielformen in Kleingruppen: 3:3 (Streetball)</b></p> <p><b>eigenständige Organisation von Spielformen (auch zur Techniküberprüfung)</b></p> <p><b>Entwicklung von Gruppentaktiken für den Angriff und die Abwehr mithilfe von Taktikboards (alternativ: DinA4 Blatt, Tablet...)</b></p> <p><b>Durchführung von Turnierformen ohne die Hilfe der Lehrkraft</b></p> <p><b>[evtl. Integrative Spiel- und evtl. Übungsreihen zur Technik (Dribbeln, Korbleger, Standwurf, Sternschritt etc.)]</b></p> <p><b>Regelveränderungen zur Simplifizierung und Komplexitätsreduktion</b></p>	<p>SuS als Experten</p> <p>Differenzierung durch Übungsreihen</p> <p>offene Aufgabenstellungen: „Nächste Woche werden wir ein Kursturnier veranstalten.Ihr habt 45 Minuten Zeit dieses Turnier zu planen.“</p> <p>Rollenverteilung: Lehrkraft, Coach, Schiedsrichter, Aufschreiber, Aufbauspieler...</p> <p>Schüler:in als Lehrkraft</p> <p>Schüler:in <b>als Turnierleitung</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Erfolgreiche Moderation und Führen von Gruppen</p> <p>Genetisches Lernen (Digel, Loibl, Wurzel)</p> <p>Regeltypen und deren Veränderungen in den Sportspielen (z.B. Raum-, Zeit-, Personal-, Materialregeln)</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung</li> <li>• MEISTER-MODELL</li> <li>• Beitrag zum Gelingen des Gruppenziels</li> <li>• Auftreten und Verhalten im Gruppen und Arbeitsprozess</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Prüfungsstunde = Turnier</p>	<p>Nationalsportart Basketball in Litauen – Impulsreferate</p>

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
<b>Thema des UV:</b> „Lernen kann man alles – Man muss nur wissen wie!“ – Einführung komplexer Volleyballtechniken anhand der Ganzheits-, Teillern- und Ganz-Teil-Ganz-Methode zur Vertiefung der Spielfähigkeit im Sportspiel Volleyball		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden,</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Lernwege (u. a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (z. B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• en Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:	thematische Einbindung von Europaaspekten
<p><b>Wiederholung und Vertiefung der Techniken auf fortgeschrittenem Niveau (oberes und unteres Zuspiel, Aufschlag von unten, Zuspiel, Drive-Schlag)</b></p> <p><b>Wiederholungen grundlegender Spielzüge im offenen/geschlossenen Dreieck</b></p> <p><b>Mini-Volleyball (3:3), evtl. 4:4</b></p> <p><b>volleyballspezifische Spielformen zur Förderung der Kommunikationsfähigkeit</b></p> <p><b>Einführung der Techniken: Aufschlag von oben, Angriffsschlag, Block</b></p> <p><b>Einführung in das Läufer-system</b></p> <p><b>Exploration 6:6</b></p>	<p><b>Spielend üben</b></p> <p><b>Spielen in heterogenen Teams</b></p> <p><b>[u.U. Regelveränderung zur Simplifizierung und/oder zur Aufrechterhaltung des Spielflusses]</b></p> <p><b>Erlernen von neuen Techniken durch die Ganzheits- bzw. Teillernmethode, Ganz-Teil-Ganz-Methode, methodische Übungsreihen</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Phasen motorischen Lernens: Lernphasenmodell nach Meinel und Schnabel: Grobkoordination, Feinkoordination, Stabilisieren der Feinkoordination und Ausprägung der variablen Verfügbarkeit</p> <p>Methodische Prinzipien: Prinzip der Verkürzung der Programmlänge, Prinzip der Verringerung der Programmbreite, Prinzip der Invariantenunterstützung, Prinzip der Parameterveränderung</p>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <p>Beobachtung</p> <p>MEISTER-MODELL</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Demonstration</p>	

Version 08/23

### 2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Die **Grundkurse** am Moltke werden bis zum Ende des Schuljahres 2020/21 in den BF/SP1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen) und BF/SP7 (Basketball), BF/SP6 (Gestalten, Tanzen, Darstellen) und BF/SP7 (Fußball) sowie BF/SP2 (Laufen, Springen, Werfen) und BF/SP7 (Volleyball) unterrichtet. Ab dem Schuljahr 2021/2022 wurden die Oberstufenprofile neugestaltet: Alle Profilkurse werden den BF/SP1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen) als Schwerpunkt haben. Der zweite Schwerpunkt ist jeweils eine Spielsportart: Basketball, Volleyball oder Badminton. Im Sinne der Vergleichbarkeit von Schüler:innenleistungen, den personellen Voraussetzungen sowie der Qualitätssicherung des Unterrichts hat die Fachschaft Sport damit einen Grundstein für die weitere fachliche Arbeit der nächsten Jahre gelegt.

**Jahrgangstufe 12/13  
(Q1/Q2)**

**Kursprofil 1 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen + Volleyball)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

Vertieft:

- **Mannschaftsspiel (Volleyball)**

Ergänzend:

- **Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Beach-Volleyball)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ (BF/SB 1) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

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

Folgende zwei Inhaltsfelder werden im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert:

- **e - Kooperation und Konkurrenz**
- **f – Gesundheit**

## **Kursprofil 2 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen + Basketball)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

### Vertieft:

- **Mannschaftsspiel (Basketball)**

### Ergänzend:

- **Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Street-Variationen)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ (BF/SB 1) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

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

Folgende zwei Inhaltsfelder werden im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert:

- **e - Kooperation und Konkurrenz**
- **f – Gesundheit**

### **Kursprofil 3 (Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen + Badminton)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ (BF/SB 7) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

#### Vertieft:

- **Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)**

#### Ergänzend:

- **Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ (BF/SB 1) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

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

Folgende zwei Inhaltsfelder werden im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert:

- **e - Kooperation und Konkurrenz**
- **f – Gesundheit**

**Alle Kursprofile:**

**Q1.1: UV 1: „Aufwärmen mal anders: Fitness oder Tanz?“** – Erarbeitung eines (Step-) Aerobic-Warm-Ups unter Einsatz digitaler Präsentationsmedien

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	Formen der Fitnessgymnastik;  Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	b – Bewegungsgestaltung	Q1	8 Std.	Gestaltungskriterien (b)	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien (b)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BF/SB 1, BWK 1)
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BF/SB 1, BWK 3)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- ausgewählte Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b 1)

**Urteilskompetenz**

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung eines Aerobic-Ausdauer-Programms mit Hilfe der Gestaltungskriterien als Choreografie</li> <li>• Präsentation</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4er/5er/6er Gruppen (auch kursübergreifend)</li> <li>• Partnerarbeit/Gruppenarbeit: kooperative Lernformen, Hilfestellung, SuS als „Trainer:in“/Lehrer:in</li> <li>• Lernvideos</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Smartphone</li> <li>• Musik-Box</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation/Video unterrichtsbegleitend</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Korrekte Bewegungsausführung /-anleitung</li> <li>• Theoretische Kenntnisse</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness, Gesundheit, Aerobic-Steps: March, V-Step, Grapevine, Step Touch...</li> <li>• Gestaltungskriterien: Raum, Zeit, Dynamik, Form</li> </ul>			

**Alle Kursprofile:**

**Q1.1: UV 2: „Be fit: Gesund und effektiv trainieren“** – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt und planvoll für sich selbst Nutzen

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	<p>Formen der Fitnessgymnastik;</p> <p>Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung;</p> <p>Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</p>	f – Gesundheit d – Leistung	Q1	20-24 Std.	<p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Risikofaktorenmodell</li> <li>• Modell der Salutogenese</li> </ul> <p>Trainingsplanung und –organisation (d):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsprinzipien,-methoden und –formen im Kraftbereich</li> </ul> <p>optional: Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung)</li> </ul>	<p>Der Fitnesshype in Europa und der Welt – Schwappt eine Gesundheits- und Fitnesswelle über Europa hinweg?</p> <p>Gesundheitsbegriff und Lebensweisen von Europäern (Lebenserwartung, physische und psychische Gesundheit, Ziele des Sportunterrichts in den einzelnen Ländern)</p> <p>WHO – World Health Organization: Die „Gesundheitszentrale der Welt“ in Genf</p>

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BF/SB 1, BWK 1)
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BF/SB 1, BWK 3)
- unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BF/SB 1, BWK 4)

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **Sachkompetenz**

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f 1)

#### **Methodenkompetenz**

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f 1)
- die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d 1)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK d 2)

#### **Urteilskompetenz**

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines und sportartspezifisches Warm-Up</li> <li>• Erprobung von gesundheitsorientiertem Krafttraining</li> <li>• Ganzheitliches Training</li> <li>• Kooperation mit FitPark One (Trainingsplanerstellung)</li> <li>• Besuch des Fitnessstudios (Maschinen, Freihantel-Bereich)</li> <li>• Trainierbarkeit von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit</li> <li>• Aufbau von Training / Trainingsprinzipien, -methoden</li> <li>• Kenntnisse über den Bewegungsapparat: Muskeln, Gelenke: Funktionsweise</li> <li>• Korrekte Übungsausführung</li> <li>• Ausführen versch. Dehnmethoden und -übungen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsarbeit / Zirkeltraining</li> <li>• Partnerarbeit: Kontrolle, Hilfestellung, Motivation, „Trainer“</li> <li>• Laufzettel / Lerntagebuch</li> <li>• Trainingsprotokolle</li> <li>• Trainingsplan</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitnessstudio</li> <li>• Fitnessgeräte (Ausdauer, Kraft)</li> <li>• Kleingeräte, z. B. Thera-Band, Kettlebell</li> <li>• Gymnastikmatte</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Klausur: 90 Minuten</li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beteiligung in kognitiven Phasen</li> <li>• korrekte und „gesunde“ Übungsausführung</li> <li>• Gestaltung eines Warm-ups/Cool-Downs</li> <li>• Gestaltung eines Trainings (Hauptteil)</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration / Erläuterung eines gesundheitsorientierten Fitnesstrainings mit versch. (Klein-) Geräten</li> <li>• Bewegungskonzept</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness, Gesundheit</li> <li>• Gesundheitsbegriff (WHO, 1948)</li> <li>• Risikofaktorenmodell: Risikofaktoren, Schutzfaktoren</li> <li>• Salutogenesemodell: Heterostase, HEDE-Kontinuum, Stressoren, Widerstandsressourcen (individuelle/gesellschaftliche), Kohärenzgefühl</li> <li>• Muskeln, Muskelkontraktion, Gelenke: isometrisch, konzentrisch, exzentrisch, Agonist/Antagonist, muskuläre Dysbalancen, Muskelfasertypen</li> <li>• Definition Kraft; Kraftarten: Maximalkraft, Reaktivkraft, Schnellkraft, Kraftausdauer</li> <li>• Gesetz der Homöostase und Superkompensation</li> </ul>			<p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Korrekte Bewegungsausführung /-anleitung</li> <li>• Theoretische Kenntnisse</li> <li>• Sinnvoller / funktionaler Trainingsplan?</li> </ul>

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Training: Funktionalität, Wiederholungszahl, Satz, statisch, dynamisch, Puls, BORG-Skala, Hypertrophie</li><li>• inter-/intramuskuläre Koordination</li><li>• Trainingsprinzipien: Trainingsprinzip des wirksamen Belastungsreizes, progressive Belastungssteigerung, Variation, Periodisierung und Zyklisierung, richtige Belastungsfolge, Individualisierung und Altersgemäßheit, Reizstufenregel, Funktionsstufenregel</li><li>• Trainingsmethoden: Anfänger-, Fitness-, Hypertrophie-, IK-, Schnellkraft-, Kraftausdauer-, Reaktivkraftmethode, extensive und intensive Intervallmethode</li><li>• Dehnen: statisch, dynamisch, CR-Stretching; Vorteile, Nachteile, aktuelle Positionen</li></ul> |  |
|---|--|

**Kursprofil 1:**

**Q1.1: UV 3: Beachvolleyball** – Von der Halle in den Sand – Eine alternative Variation des Volleyballspielens organisieren, spielen und aggressives Verhalten im Sport erkennen, reflektieren und Entstehungszusammenhänge in Theorie und Praxis beurteilen

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Verknüpfung</b>	<b>thematische Einbindung von Europaaspekten</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball	e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	20-24 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln im Sport (Systematik nach Digel)</li> <li>• Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen</li> </ul> Fairness und Aggression im Sport (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frustrations-Aggressions-Theorie</li> <li>• Lerntheoretischer Ansatz</li> <li>• Sozialisationstheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</li> </ul>	Europäische Küsten und Urlaubsorte: Einfluss von kommerziellen Sportangeboten auf die Umwelt in Europa (inklusive Entwicklung von nachhaltigen Ideen zur Vermeidung von Umweltverschmutzung bzw. -zerstörung)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB, BWK 1)
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen. (BF/SB 7, BWK 3)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren und durchführen (BF/SB 7, BWK 4)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkenntnisse / Unterschiede HallenVB: 2 gegen 2; Spielfeldgröße: 8m x 8m; Überquerung der Netzes nicht im oberen Zuspiel (Pritschen); „Führen“ des Balles im oberen Zuspiel erlaubt; Zählweise, Sätze, Sieg</li> <li>• Auswirkungen des Untergrunds Sand auf die Spielfähigkeit</li> <li>• Einführung Hechtbagger</li> <li>• Taktik 2:2; Absprache Block und Abwehr (Feldeinteilung)</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele / Übungen im Sand</li> <li>• Voraussetzung / Festigung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff</li> <li>• Methodische Übungsreihe</li> <li>• Spielformen, Spielreihen</li> <li>• „Trainer-/ Coachrolle“</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beachvolleybälle</li> <li>• Beachvolleyballanlage</li> <li>• Sonnenschutz</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)</b> /</p> <p><b>Leistungsbewertung</b>  <u>Überprüfungsform:</u>  <b>Klausur: 135 Minuten</b></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Individueller Fortschritt</li> <li>• Taktisches Verständnis</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration im Zielspiel</li> <li>• einfache Spielformen 2 mit 2 oder 3 mit 3</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik: Annahme, Zuspiel, Angriff, (Block)</li> <li>• Erfolg im Spiel</li> <li>• Absprache im Team</li> <li>• Feldeinteilung sinnvoll?</li> <li>• Theoretisches Wissen zu Taktik, Regeln</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Longline</li> <li>• Cross</li> <li>• Skyball</li> </ul>			

**Kursprofil 2:**

**Q1.1: UV 3: Street-Basketball** – Eine alternative Variation des Basketballspielens organisieren, spielen und aggressives Verhalten im Sport erkennen, reflektieren und Entstehungszusammenhänge in Theorie und Praxis beurteilen

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Street-Basketball	e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	20-24 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln im Sport (Systematik nach Digel)</li> <li>• Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen</li> </ul> Fairness und Aggression im Sport (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frustrations-Aggressions-Theorie</li> <li>• Lerntheoretischer Ansatz</li> <li>• Sozialisationstheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</li> </ul>	Wird Europa amerikanisiert? – Sportliche Trends/Sportspiele und deren Einfluss auf und in Europa

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB, BWK 1)
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen. (BF/SB 7, BWK 3)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren und durchführen (BF/SB 7, BWK 4)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 1)
- bewegungsfeldspezifische WettkampfregeIn erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele zum Ballhandling, Koordination</li> <li>• Regelkenntnisse / Unterschiede Hallen- und Street-BB</li> <li>• Evtl. Auswirkungen des Untergrunds Beton und der Wetterbedingungen auf die Spielfähigkeit</li> <li>• Grundtechniken: Dribbling, Passen, Fangen, Korbwurf, Korbleger, Freilaufen, Täuschungen, Rebound</li> <li>• Taktik: auf einen Korb; Wechsel zw. Angriff und Abwehr; Give and Go</li> <li>• 3x3 Turnier (selbstständig organisiert)</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielend üben</li> <li>• Bei Bedarf: methodische Übungsreihe</li> <li>• Spielformen vs. Übungsformen</li> <li>• Vom 1:1 zum 3:3</li> <li>• Vom Miteinander zum Gegeneinander</li> <li>• „Trainer-/ Coachrolle“</li> <li>• Schiedsrichter</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basketballbälle</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b> <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Klausur: 135 Minuten</b></li> </ul> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Individueller Fortschritt</li> <li>• Taktisches Verständnis</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration im Zielspiel</li> <li>• 1:1/3:3 Spielformen</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik</li> <li>• Erfolg im Spiel</li> <li>• Absprache im Team</li> <li>• Abwehr- und Angriffsverhalten</li> <li>• Theoretisches Wissen zu Taktik, Regeln</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Digel'sches Regelschema (Handlungs-, Zeit-, Personal-, Raum-, Inventarregeln)</li> <li>• Definition Aggression nach Gabler</li> <li>• Aggression vs. Aggressivität</li> <li>• implizite/explicite, instrumentelle, verbale, körperliche, symbolische Aggression</li> <li>• personale Schädigung</li> <li>• normentsprechend vs. normabweichend; regelentsprechend vs. regelabweichend</li> <li>• Theorien der Entstehung von A.: individuums-, gruppen-, gesellschaftsbezogene sowie motivationspsychologische Theorien</li> <li>• Ethik</li> <li>• Fairnessbegriff</li> </ul>			

**Kursprofil 3:**

**Q1.1: UV 3: „Ran an das Speckbrett“** – Eine alternative Variation des Rückschlagspielens organisieren, spielen und aggressives Verhalten im Sport erkennen, reflektieren und Entstehungszusammenhänge in Theorie und Praxis beurteilen

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – z.B. Speckbrett; Beachball, Indiaca, Speedminton	e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	8-10 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln im Sport (Systematik nach Digel)</li> <li>• Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen</li> </ul> Fairness und Aggression im Sport (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frustrations-Aggressions-Theorie</li> <li>• Lerntheoretischer Ansatz</li> <li>• Sozialisationstheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</li> </ul>	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB, BWK 1)
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen. (BF/SB 7, BWK 3)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren und durchführen (BF/SB 7, BWK 4)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wichtigkeit der zentralen Position erkennen und für das eigene Spiel nutzen</li> <li>• Feldaufteilung, Laufwege</li> <li>• Regeln</li> <li>• Rückschlagspiele als Wettkampfsportarten begreifen</li> <li>• Griffhaltungen und Schlagtechniken individuell weiterentwickeln</li> <li>• Verbesserung der sportartspezifischen Spielfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner- und Gruppenarbeit zur Erprobung alternativer Rückschlagspiele</li> <li>• unterschiedliche Wettkampf- und Turnierformen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Speckbretter, Bälle, Indiacas</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Klausur: 135 Minuten</b></li> </ul> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Individueller Fortschritt</li> <li>• Taktisches Verständnis</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration im Zielspiel</li> <li>• 1:1, 2:2, 3:3 Spielformen</li> </ul>
---	--	--	---

**Kursprofil 3:**

**Q1.2: UV 4: Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen“** – Grundlegende Schlagtechniken im Badminton erproben, analysieren und im Hinblick auf den Nutzen für die eigene Spielfähigkeit bewerten

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Verknüpfung</b>	<b>thematische Einbindung von Europaaspekten</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Badminton	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	12-14 Std.	keine	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens (a)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (2)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a) (1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (e) (2)

**Urteilskompetenz**

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a) (1)

**Alle Kursprofile:**

**Q1.2: UV 4: Der digitale Trainer** – Erprobung mediengestützter Trainingsprogramme zur Verbesserung der Kraft und Beweglichkeit unter Berücksichtigung individueller Motive und Sinngebungen (z.B. Fitness-Apps, Internet-Tutorials)

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	<p>Formen der Fitnessgymnastik</p> <p>Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung</p> <p>Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</p>	<p>d – Leistung</p> <p>c – Wagnis und Verantwortung</p>	Q1	14-16 Std.	<p>Trainingsplanung und -organisation (d)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Konditionelle Fähigkeiten</li> </ul> <p>Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsmotivation (nach Heckhausen)</li> </ul> <p>optional: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reaktionen und Anpassungserscheinungen der Muskulatur</li> </ul>	Vergleich von Körperidealen in Europa und der Welt

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c)

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

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BF/SB 1, BWK 1)
- selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BF/SB 1, BWK 3)
- unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BF/SB 1 BWK 4)

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **Sachkompetenz**

- unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (SK c 2)
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d 1)
- optional: physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK d 2)

#### **Methodenkompetenz**

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d 1)

#### **Urteilskompetenz**

- optional: unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen (UK c 1)
- optional: Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK d 1)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en) /
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung unterschiedlicher Fitness-Apps (wie z.B. Freeletics, 7-Minuten-Workout)</li> <li>• Erprobung von Internet-Tutorials (Youtube)</li> <li>• Erstellung eines Fitness-Tutorials (Video) für ein ganzheitliches Training unter Anwendung bereits gelernter Trainingsprinzipien (siehe UV2)</li> <li>• Vorstellung von Apps und Reflexion</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerarbeit: „Trainer“</li> <li>• Lerntagebuch/Trainingsprotokolle</li> <li>• Fitness-Apps</li> <li>• Internet-Tutorials</li> <li>• Einbezug von digitalen Medien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Musik</li> <li>• Gymnastikmatten</li> <li>• Kleingeräte</li> <li>• Hanteln</li> <li>• Trainingsprotokoll</li> <li>• Smartphones/Videokamera</li> </ul>	<p><b>Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• GA: Präsentation</li> <li>• digitale Trainingsplangestaltung</li> <li>• <b>Klausur (135 Minuten) oder Facharbeit</b></li> </ul> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Ausführungsqualität der Übungen</li> <li>• Beteiligung an kognitiven Phasen</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Referate</li> <li>• Partner-/Gruppenprodukt</li> <li>• Handout</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualität des Referats</li> <li>• korrekte und verständliche Anleitung der Übungen im Tutorial</li> <li>• sinnvolle Anordnung der Übungen im Hinblick auf Progression</li> <li>• Motivationscharakter</li> </ul>

**Kursprofil 1:**

**Q1.2: UV 5: Erfolgreich am Netz** – Entwicklung von Angriffs- und Blocktechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit im Midi-Volleyball (4:4)

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. / Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Verknüpfung</b>	<b>thematische Einbindung von Europaaspekten</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Volleyball	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	Q1	20-24 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethoden, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihe und methodische Prinzipien)</li> <li>• Lernphasen nach Meinel/Schnabel</li> </ul> Spielvermittlungsmodelle (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik-Spiel-Modell</li> <li>• Genetisches Lehren und Lehren in den Sportspielen (nach Loibl)</li> </ul>	Volleyball als Nationalsportart in Europa (z.B. Polen)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens (a)
- Spielvermittlungsmodelle (e)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB 7, BWK 1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BF/SB7, BWK 2)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK a 1)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e 1)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK a 1)
- die Ambivalenz von Fairness und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wiederholung / Vertiefung der Techniken Aufschlag, Pritschen, Baggern</li> <li>• Regelkenntnisse: Punktgewinn, Zählweise, Aufstellung, Rotation, Fehler</li> <li>• Festigung der Grundtechniken</li> <li>• Erlernen der Techniken Angriff, Block</li> <li>• Erlernen der Sicherung</li> <li>• Spielzüge: Annahme, Zuspiel, Angriff</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voraussetzung / Festigung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff</li> <li>• Bildreihen, visuelles Material zu Angriff/ Block;</li> <li>• Kriterien geleitete Partnerkorrekturen zur Technikschiung</li> <li>• Klassisches 3er-Spiel in PA: Schlag, Annahme, Zuspiel, Schlag usw.</li> <li>• Methodische Übungsreihe</li> <li>• Spielformen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Volleybälle</li> <li>• Ggf. Spezialbälle / Technikbälle (schwerer Ball für oberes Zuspiel, kleiner Ball für genaueres Baggern (Pritschen))</li> <li>• Spielfeld</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b>  <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Klausur (135 Minuten)</b></li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Individueller Fortschritt</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Spielformen 2 mit 2 oder 2 mit 3</li> <li>• Demonstration, Anwendung (taktisches Verhalten) im Zielspiel</li> <li>• Schriftl.: Regeln, Bewegungsbeschreibungen</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsqualität</li> <li>• Technikausführung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stemmschritt</li> <li>• Block- / Angriffssicherung</li> <li>• Regeln: In, Out, Touchiert, Gehoben / Geführt, Doppelberührung, Netzberührung, Übergetreten, Hinterfeld</li> </ul>			

Tipp: <http://www.wvv-volleyball.de/schulsport/sportunterricht.html>

**Kursprofil 2:**

**Q1.2: UV 5: Als Mannschaft zum Erfolg** – Entwicklung von Angriffstechniken unter Berücksichtigung individueller Lernwege und offensiven taktischen Strategien mithilfe des Taktik-Spiel-Modells zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. / Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Basketball	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	Q1	20-24 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethoden, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihe und methodische Prinzipien)</li> <li>• Lernphasen nach Meinel/Schnabel</li> </ul> Spielvermittlungsmodelle (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik-Spiel-Modell</li> <li>• Genetisches Lehren und Lehren in den Sportspielen (nach Loibl)</li> </ul>	Basketball als Nationalsportart in Europa (z.B. Litauen)

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens (a)
- Spielvermittlungsmodelle (e)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB 7, BWK 1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BF/SB7, BWK 2)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK a 1)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e 1)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK a 1)
- die Ambivalenz von Fairness und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wdh: Werfen, Fangen, Passen, Dribbeln, Rebound</li> <li>• Finten: Zuspiel-, Wurf, Umspiel- (Sternschritt-, Dribbel- und Durchbruchfinten), Lauffinten</li> <li>• Blocken</li> <li>• Schnell- und Positionsangriff</li> <li>• Einführung in feste Positionen (Point Guard, Shooting Guard, Small forward, Power Forward, <b>Center</b>)</li> <li>• Erarbeiten von taktischen Spielzügen gegen die Abwehrsysteme (z. B. Give and go; Pick and roll) unter Berücksichtigung der Positionen</li> <li>• Ausnutzen von Überzahlsituationen</li> <li>• Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten</li> <li>• Erarbeiten von Kriterien eines effektiven Spielzugs unter Berücksichtigung der körperlichen und motorischen Voraussetzungen</li> <li>• Cut and fill, Switch</li> <li>• Ursachen für Misserfolge erkennen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik-Spiel-Modell (tactical games approach): Spielform, Was muss ich tun?, Wie muss ich es tun? Spielform</li> <li>• Vergleich verschiedener Spielvermittlungsmodelle</li> <li>• Progressive Spielformen und evtl. Übungsreihen</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• SuS als Lehrer:in</li> <li>• gegenseitige Korrekturen bzgl. taktischem Verhalten; Taktikbesprechungen</li> <li>• Lernvideos als Unterstützung</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basketballbälle</li> <li>• Körbe</li> <li>• Lernvideos</li> <li>• Lernkarten zur Technik</li> <li>• Taktikboard</li> <li>• Gelände-, Raumhilfen zum Erlernen von neuen Bewegungen</li> <li>• visuelle, auditive Hilfen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en)</b> /</p> <p><b>Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Klausur (135 Minuten)</b></li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übernahme von Beobachtungs- und Feedback-Aufgaben</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwenden taktischen Verhaltens in Spielformen/im Zielspiel 5:5</li> <li>• Demonstration</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Effektivität, Variabilität der Spielzüge</li> <li>• Einhalten, Erledigen positionsspezifischer Aufg.</li> <li>• Technik</li> <li>• Individualtaktische und gruppentaktische Entscheidungen</li> <li>• Antizipationsfähigkeit</li> </ul>
--	--	--	---

Tipp: <http://www.basketball-in-der-schule.de> [https://www.vibss.de/fileadmin/Medienablage/Sportpraxis/PH\\_Basketball/PH\\_Basketball - Angriff.pdf](https://www.vibss.de/fileadmin/Medienablage/Sportpraxis/PH_Basketball/PH_Basketball_-_Angriff.pdf)

**Kursprofil 3:**

**Q1.2 UV 5: „Spielen mit Köpfchen“** – Erarbeitung weiterer Schlagtechniken im Angriffs- und Abwehrspiel als Grundlage zur Erweiterung der taktischen Spielfähigkeit im Einzel

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Bezug	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Badminton	e – Kooperation und Konkurrenz	Q2	14-16 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethoden, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihe und methodische Prinzipien)</li> <li>• Lernphasen nach Meinel/Schnabel</li> </ul> Spielvermittlungsmodelle (e): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik-Spiel-Modell</li> <li>• Genetisches Lehren und Lehren in den Sportspielen (nach Loibl)</li> </ul>	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Sportspielvermittlungsmodelle (e)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (2)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern € (1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen € (1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen € (2)

**Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen € (1)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en) /
<p>individualtaktisches Verhalten im 1:1: Rückhand anspielen, Gegner laufen lassen, Was sind die „wunden“ Stellen meines Gegners, longline? oder cross?, „unbesetzte Räume anspielen“ selbstständige Gestaltung von Übungsprozessen</p>	<p>Schlaganalyse Spielanalyse eigene Übungsformen entwickeln Fehlerkorrektur (mit Partner)</p>		<p><b>Leistungsbewertung</b> <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Klausur (135 Minuten)</b></li></ul> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Leistungsbereitschaft Anstrengungsbereitschaft Individueller Fortschritt MEISTER-Modell</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Demonstration, Spiel</p>

**Alle Kursprofile:**

**Q2.1: UV 6: Ohne Ziel kommen wir nicht an! – Der Erfolg zeigt sich langfristig** – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	d – Leistung f – Gesundheit	Q2	14-16 Std.	Trainingsplanung und -organisation (d): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsprinzipien,-methoden und -formen im Ausdauerbereich</li> <li>• Konditionelle Fähigkeiten</li> </ul> Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f): <ul style="list-style-type: none"> <li>• zielgerichtetes Training der sportartspezifischen aeroben/anaeroben Ausdauer</li> </ul> optional: Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerbereich (Aufbau und Funktionsweise des Herz-Kreislauf-Systems, Energiebereitstellung)</li> </ul> optional: Verfahren zur Leistungsdiagnostik (d) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conconi-Test</li> </ul>	Sportunterricht im europäischen Vergleich – Was lernen europäische Schüler:innen im Sportunterricht?  Populäre europäische Dopingfälle

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation (d)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)
- optional: Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- optional: Verfahren zur Leistungsdiagnostik

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BF/SB 1, BWK 2)

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **Sachkompetenz**

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK f 2)

#### **Methodenkompetenz**

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f 1)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d 1)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK d 2)

#### **Urteilskompetenz**

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung unterschiedlicher Laufumgebungen: Halle, Sportplatz, Wald, Park</li> <li>• Erprobung Fitnessparcours Stadtwald</li> <li>• Entwicklung von Fitnessstationen zur Steigerung der individuellen Ausdauer</li> <li>• evtl. Schwimmen</li> <li>• Erstellung eines individuellen Trainingsplans</li> <li>• Ausdauertests (Beep-Test-, Conconi-Test, Cooper-Test)</li> <li>• ggf. Teilnahme an einem Lauf in Krefeld</li> <li>• Teilnahme am 5000m Lauf (kursübergreifend)</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Stationsarbeit / Zirkeltraining          Laufzettel / Lerntagebuch          Trainingsprotokolle          Fitness-App</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Pulsuhr          Smartphone          Trainingsplan</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) /          Leistungsbewertung</b>  <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Klausur (135 Minuten)</b></li> </ul> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Leistungssteigerung</li> <li>• Beteiligung an kognitiven Phasen</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Referate</li> <li>• 5000m Lauf</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualität des Referats</li> <li>• Zeit laut Tabelle</li> <li>• Leistungssteigerung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Def. Ausdauer, Ausdauerarten: lokal/global, allg./spezifisch, KZA/MZA/LZA, aerob/anaerob, Schnelligkeitsausdauer, Kraftausdauer, statisch/dynamisch; Grundlagenausdauer</li> <li>• Trainingsprinzipien: Prinzip des trainingswirksamen Reizes, P. der optimalen Relation von Belastung und Erholung, P. der individualisierten Belastung, P. der ansteigenden Belastung</li> <li>• Ruhe-, Erholungs-, Belastungspuls, Herzfrequenz; HFmax = 220 - LebensalterPuls, Borg-Skala</li> <li>• Sauerstoffdefizit /-schuld, aerobe und anaerobe Schwelle</li> <li>• Konditionelle Fähigkeiten: Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit</li> <li>• Trainingsmethoden: Dauer-, Intervall-, Wiederholungs- und Wettkampfmethode</li> </ul>			

**Kursprofil 1:**

**Q2.1 UV 7:** Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung taktischen Verhaltens zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit (6:6)

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Bezug	thematische Einbindung von Europaaspekten
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Volleyball	e – Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	Q2	20 Std.	<p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Druckbedingungen und deren Einfluss auf sportliche Handlungsfähigkeit (KAR-Modell nach Neumaier)</li> <li>• Flow-Konzept</li> </ul> <p><i>Wiederholung:</i></p> <p><i>Fairness und Aggression im Sport (e):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Frustrations-Aggressions-Theorie</i></li> <li>• <i>Lerntheoretischer Ansatz</i></li> <li>• <i>Sozialisationstheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</i></li> </ul>	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB 7, BWK 1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BF/SB 7, BWK 2)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK c 1)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness-und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in feste Positionen (Außenangriff (4), Mittelblock (3), Zuspiel (2) als taktische Alternative</li> <li>• Erarbeitung der Laufwege (Spielfeldeinteilung bei der Annahme / Abwehr)</li> <li>• Ursachen für Misserfolge erkennen</li> <li>• Spielregeln, Spielfeldeinteilung</li> <li>• Netzaufbau</li> <li>• Läufer-system 2:4</li> <li>• lange 6 vs. kurze 6</li> <li>• Blockvarianten (longline, cross, Einer-, Zweier-, Dreierblock)</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Voraussetzung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff</li> <li>• Klassisches 3er-Spiel in PA: Schlag, Annahme, Zuspiel, Schlag usw.</li> <li>• Übungsform in GA auf einer Spielfeldhälfte, alle Positionen sind besetzt: Schlag von 3/ 4 auf 1/ 5/ 6, Annahme auf 2, Zuspiel auf 3/ 4, Schlag auf 1/ 5/ 6 usw.</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Volleybälle Netz Antennen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) /</b> <b>Leistungsbewertung</b> <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fachpraktische Prüfung</b></li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe Spielform 5:5 mit vorgegeben Spielzügen</li> <li>• 6:6 Wettkampfspiel</li> <li>• MEISTER-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikdemonstration: Pritschen, Baggern, Aufschlag, Angriff, Block</li> <li>• Wettkampfspiel</li> <li>• Schriftliche Überprüfung: Regeln, Bewegungsbeschreibung, taktisches Verhalten</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfolg im Spiel</li> <li>• Absprache, Feldeinteilung</li> <li>• positionsbezogene Aufgaben</li> <li>• Theoretisches Wissen zu Positionen, Taktik, Regeln</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Läufer“</li> <li>• Sicherung (Angriff und Block)</li> <li>• Zuspiel, Abwehr, Annahme, Position I, II, III, IV, V, VI</li> <li>• Hinterfeld</li> <li>• Spielfeldeinteilung („kurze“ / „lange“ 6)</li> </ul>			

Viele gute Tipps auch auf: <http://www.wvv-volleyball.de/schulsport/sportunterricht.html>

**Kursprofil 2:**

**Q2.1 UV 7: Den Gegner unter Druck setzen!** – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit im Basketball

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Bezug</b>	<b>thematische Einbindung von Europaaspekten</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Basketball	e – Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	Q2	20 Std.	<p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Druckbedingungen und deren Einfluss auf sportliche Handlungsfähigkeit (KAR-Modell nach Neumaier)</li> <li>• Flow-Konzept</li> </ul> <p><i>Wiederholung:</i></p> <p><i>Fairness und Aggression im Sport (e):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Frustrations-Aggressions-Theorie</i></li> <li>• <i>Lerntheoretischer Ansatz</i></li> <li>• <i>Sozialisationstheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</i></li> </ul>	

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

### **Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB 7, BWK 1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen (BF/SB 7, BWK 2)

### **Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **Sachkompetenz**

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK c 1)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

#### **Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (MK e 2)

#### **Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en) /
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Voraussetzung: Korbwurf, Korbleger, Stoppen, Sternschritt, Passen, Dribbling; Regelkenntnisse</li> <li>• Wdhl.: Verteidigungsgrundhaltung und -bewegung; Spielformen zur Akzentuierung der Defense</li> <li>• Erarbeiten und Vergleich der Mann-Mann- und Zonen-Verteidigung</li> <li>• Erlernen individual- und gruppentaktischer Maßnahmen: 1:1 2:2 – Give and go, Block stellen 3:3 Give and go mit Ersetzen, indirekter Block</li> <li>• Positionsbezogene Aufg.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielgemäßes Konzept: progressiv komplexer werdende Spielformen mit eventuellen Übungsformen (Hauptstraße/Nebenstraße)</li> <li>• Bildreihen, visuelles Material zum Block; Abwehrformationen</li> <li>• Kriterien geleitete Partnerkorrekturen zum Abwehrverhalten</li> <li>• Spielformen</li> <li>• Zielspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basketbälle</li> <li>• Spielfeld</li> <li>• Taktikboard</li> </ul>	<p><b>Leistungsbewertung</b> <u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Fachpraktische Prüfung</b></li> </ul> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meister-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration, Anwendung (taktisches Abwehrverhalten) im Zielspiel</li> <li>• Spiel 5:5</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfolgreich in der Abwehr?</li> </ul>

**Kursprofil 3:****Q2.1: UV 7: „Doppelt spielt besser?!“** - Einführung in das Doppelspiel mithilfe eines Lernkarten basierten Trainingsprogramms

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Bezug</b>	<b>thematische Einbindung von Europaaspekten</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Basminton	e – Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	Q2	20 Std.	<p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Druckbedingungen und deren Einfluss auf sportliche Handlungsfähigkeit (KAR-Modell nach Neumaier)</li> <li>• Flow-Konzept</li> </ul> <p><i>Wiederholung:</i></p> <p><i>Fairness und Aggression im Sport (e):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Frustrations-Aggressions-Theorie</i></li> <li>• <i>Lerntheoretischer Ansatz</i></li> <li>• <i>Sozialisationstheoretischer Ansatz (nach Heitmeyer)</i></li> </ul>	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BF/SB 7, BWK 1)
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BF/SB 7, BWK 2)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK c 1)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e 1)

**Methodenkompetenz**

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e 1)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern, bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen (MK e 2)

**Urteilskompetenz**

- die Ambivalenz von Fairness-und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e 1)

<b>Didaktische Entscheidungen</b> gruppentaktisches Verhalten im 2:2: Aufschlag/Return; Spiel im Angriff und in der Verteidigung, Wechsel von Angriff und Verteidigung	<b>Methodische Entscheidungen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lernkartenbasierte Erarbeitung in Kleingruppen (4-6 SuS)</li><li>• selbstständige Gestaltung von Übungsprozessen</li></ul>	<b>Gegenstände</b> Badmintonschläger und -bälle	<b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b> <u>Überprüfungsform:</u> <b>Fachpraktische Prüfung</b>  <u>unterrichtsbegleitend</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• MEISTER-Modell</li></ul> <u>punktuell:</u> praktische und/oder theoretische Leistungsüberprüfung
---	--	--	--

**Alle Kursprofile:**

**Q2.2: UV 8: Stress und Anspannung effektiv lösen –** Psychoregulative Verfahren (z.B. Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Atemtechniken, autogenes Training, Yoga, Traumreise) zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung	thematische Einbindung von Europaaspekten
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	f - Gesundheit	Q1	10 Std.	Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns	

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f)

**Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen**

- selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen (BF/SB 1, BWK 5)

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen**

**Sachkompetenz**

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f 1)

**Methodenkompetenz**

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f 1)

**Urteilskompetenz**

- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f 1)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Anleiten von psychoregulativen Verfahren</li> <li>• Erproben und Anleiten von autogenem Training</li> <li>• Erproben und Anleiten von Yoga-Übungen</li> <li>• Reflexion der psychoregulativen Verfahren</li> <li>• Entwicklung eigener Entspannungstechniken</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entspannungs-App</li> <li>• Schüler:innen leiten den Unterricht</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Musik</li> <li>• CDs mit speziellen Hörtexten</li> <li>• Gymnastikmatten</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• GA: Referat</li> <li>• Gestaltung einer Entspannungseinheit</li> </ul> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Beteiligung an kognitiven Phasen</li> <li>• Meister-Modell</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Referate</li> <li>• Durchführen / Anleiten</li> <li>• Handout</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualität des Referats</li> <li>• Qualität der Anleitung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress, Anspannung, Entspannung</li> <li>• Progressive Muskelentspannung nach Jacobson</li> <li>• Autogenes Training</li> <li>• Yoga</li> <li>• Atemtechniken (z.B. Bauchatmung)</li> <li>• Achtsamkeit</li> </ul>			

**Alle Kursprofile:**

**Q2.2: UV 9: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“**

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Verknüpfung</b>	<b>Lernerfolgsüberprüfung</b>
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	s. UV 1, 2, 4, 6, 8	f - Gesundheit	Q2	8-10 Std.	s. UV 1, 4, 6, 8	<b>800m Schwimmen</b> 5000m Lauf

**Alle Kursprofile:**

**Q2.2: UV 10: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Basketball“**

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>Inhaltlicher Kern</b>	<b>Päd. Persp. / Inhaltsfeld</b>	<b>Jahrgang</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Theorie-Praxis-Verknüpfung</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	s. UV 3, 5, 7	e - Kooperation und Konkurrenz	Q2	4 – 8 Std.	s. UV 2, 3, 5, 7

### 3. Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

Der Sportunterricht am Moltke 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 Fachkolleg:innen nach Möglichkeit 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. 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 absolute 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.

Das Standardwerk für die Sekundarstufe II ist Meyer, J. (2020). *Sport in der gymnasialen Oberstufe: Schulbuch*. Ergänzt wird die Theorie-Praxis-Verknüpfung durch die „gelbe Reihe“ von Westermann (<https://www.westermann.de/reihe/SPORTTHEO/Gelbe-Reihe-Materialien-fuer-den-Sekundarbereich-II-Ausgabe-2015?a=1>).

### 4. Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Fachkonferenz hat im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen: Unsere Fachkonferenz Sport vereinbart ihr **Konzept zur Leistungsbewertung** auf der Grundlage des KLP Sport für die Sekundarstufe I und konkretisiert Anforderungen und Kriterien in den gemeinsam geplanten UV der einzelnen Jahrgangsstufen. Damit schaffen wir

innerhalb der gegebenen Freiräume sowohl eine Transparenz der Bewertung wie auch eine Vergleichbarkeit der Anforderungen.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen unserer Schüler:innen und an den im Lehrplan ausgewiesenen Kompetenzerwartungen mit den jeweils beschriebenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens. Neben den punktuellen Leistungen am Ende eines UVs berücksichtigen wir insbesondere auch die unterrichtsbegleitenden Prozesse und die dort gezeigten Leistungen unter besonderer Berücksichtigung des MEISTER-Modells<sup>1</sup>.

Unser Leistungskonzept ist einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet und berücksichtigt das individuelle Leistungsvermögen und den individuellen Lernfortschritt angemessen. Wir begleiten Schüler:innen jederzeit mit individuellem Feedback hinsichtlich ihres Leistungsstandes und entwickeln gemeinsam allgemeine und fachmethodische Lernstrategien.

Zu Beginn des Schuljahres machen wir unsere Schüler:innen mit den Leistungsanforderungen des Sportunterrichts in der jeweiligen Jahrgangsstufe vertraut. Jede Sportlehrkraft schafft Transparenz, indem sie einen Überblick über die anstehenden Unterrichtsvorhaben gibt. In diesem Kontext legt sie auch die mit den einzelnen UV verknüpften Anforderungen sowie die allgemeinen Grundsätze der Leistungsbewertung offen.

Die Mitglieder der Fachkonferenz Sport verpflichten sich dementsprechend,

- die hier dargelegten Prinzipien der Leistungsbewertung umzusetzen,
- den Schüler:innen die Kriterien zur Leistungsbewertung in jedem Unterrichtsvorhaben transparent zu machen und
- die individuelle Lernentwicklung unter Beachtung fachmethodischer Lernstrategien zu berücksichtigen.

### ***I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:***

Die von Schüler:innen erbrachten Leistungen im Fach Sport der Sekundarstufe I werden dem Beurteilungsbereich „*Sonstige Leistungen im Unterricht*“ zugeordnet. Dabei handelt es sich im Einzelnen um sportpraktisches Handeln sowie mündliche und schriftliche Beiträge, die hinsichtlich ihrer Qualität, Quantität und Kontinuität erfasst und beurteilt werden.

Die Leistungsbewertung bezieht sich sowohl in der Erprobungsstufe wie auch im weiteren Laufe der Sekundarstufe I und II jeweils auf **alle** Bewegungsfelder und Sportbereiche. Dabei weist die Partitur unserer Schule die Verteilung der Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen aus. Die Länge der einzelnen UV ist abhängig von der Anzahl und Komplexität der einzelnen Kompetenzerwartungen, was wiederum die Gewichtung der einzelnen UV im Gesamtkontext der Leistungsbeurteilung beeinflusst.

### **Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche**

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I ist dem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Grundlage und Ausgangspunkt für die Entfaltung der Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz.

- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** (BWK) beziehen sich auf psycho-physische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive

---

<sup>1</sup> <http://www.fssport.de/texte/Meister.pdf>

sowie ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten in den verschiedenen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.

- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Sachkompetenz (SK)** umfassen das Einbringen grundlegenden Wissens in den Bereichen Bewegung, Spiel und Sport. Von zentraler Bedeutung für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist es, über Sachkenntnisse aus den unterschiedlichen Sinnggebungsbereichen des Sports zu verfügen und dieses Wissen situationsangemessen anwenden zu können.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Methodenkompetenz (MK)** beziehen sich auf methodisch-strategische wie auch sozial-kommunikative Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens allein und in der Gruppe. Es geht insbesondere darum, sich systematisch mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinanderzusetzen und zunehmend eigenverantwortlich angemessene Lösungswege sowie Handlungspläne zu entwerfen.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Urteilskompetenz (UK)** sind eng verknüpft mit Leistungen in allen anderen Kompetenzbereichen. Sie umfassen eine kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, wobei das kriteriengeleitete Beurteilen im Mittelpunkt steht.

### **Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen**

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden vor dem Hintergrund des thematischen Zusammenhangs für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt:

- Die selbstständige Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen spielt im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich berücksichtigen das sichere und umsichtige Herrichten von Spielflächen, den verantwortungsvollen Umgang mit Geräten, das Übernehmen von Aufgaben sowie auch die eigenständige Vorbereitung auf den Unterricht.
- Die individuelle Anstrengungsbereitschaft ist wichtig. Im Wesentlichen bezieht sie sich auf die Bereitschaft, im Unterricht engagiert und motiviert mitzuarbeiten sowie auch in Arbeits- und Übungsphasen intensiv, konzentriert und beständig mit den geforderten Aufgabenstellungen auseinanderzusetzen. Gelegentlich (z.B. beim ausdauernden Laufen) bedeutet Anstrengungsbereitschaft aber auch, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um langfristig erfolgreich mitarbeiten zu können.
- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit zeigen sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben im fairen Umgang miteinander, in der Bereitschaft eigene, auch berechnete, Interessen zurückzustellen sowie in allen Gruppen und Mannschaften konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen. Diese beinhaltet auch das Vereinbaren und Einhalten von Regeln und das Verteilen und Einnehmen von Rollen.

### **II. Formen der Leistungsüberprüfung**

In unserem Leistungskonzept ist eine Vielfalt von Möglichkeiten zur Leistungsüberprüfung vorgesehen. Alle Formen der Leistungsbewertung im Sportunterricht bieten zum einen den Schüler:innen differenzierte individuelle Rückmeldungen über das Erreichen von Zielsetzungen und ermöglichen zum anderen den Lehrkräften, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten.

Unsere Fachschaft Sport vereinbart verbindliche Formen der Leistungsbewertung. Dabei beziehen sich die Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) auf alle **vier Kompetenzbereiche** gemäß dem Kernlehrplan Sport der Sekundarstufe I.

Die Lernerfolgsüberprüfungen (prozess- und produktbezogen) beziehen sich sowohl auf das **sportpraktische Handeln** in Form von

- qualitativ bewertbaren sportpraktischen Bewegungshandlungen (z.B. Aufwärmen, Spielhandlungen, Turniere, Demonstration taktisch-kognitiver Fähigkeiten und technisch-koordinativer Fertigkeiten),
- qualitativ bewertbaren sportbezogenen Darstellungsleistungen (z.B. Präsentationen, Choreografien) und
- sportmotorischen Testverfahren zur Überprüfung quantitativ messbarer Leistungen (z.B. Fitness- und Ausdauertests)

als auch auf **weitere Beiträge im Unterricht** und hier besonders auf

- Beiträge zum Unterricht **in der reflektierten Praxis** (u.a. Qualität der Beiträge, Kontinuität der Beiträge, sachliche Richtigkeit, angemessene Verwendung der Fachsprache, Darstellungskompetenz, Komplexität/Grad der Abstraktion, Differenziertheit der Reflexion),
- zielgerichtetes und kooperatives Handeln in Übungs- und Spielsituationen,
- Formen des selbstständigen und eigenverantwortlichen Arbeitens

und schließlich in einzelnen UV auf **Beiträge** in Form von

- Lern- und Trainingstagebüchern, Portfolios (z.B. Dokumentation des eigenen Trainings),
- Visualisierungen sportfachlicher Überlegungen und Erkenntnisse (z.B. Tafelbilder),
- Referaten und
- Hausaufgaben, schriftlichen Übungen und Protokolle.

### ***III. Intervalle und Formen der Leistungsrückmeldung und Beratung***

Lernförderliche Leistungsrückmeldungen haben vor allem lernförderliches Potential und beinhalten neben der Rückmeldung zum bisherigen Lernprozess (feedback) eine zukünftige Perspektive für den weiteren individuellen Lernprozess (feedforward). Kriterien werden daher mit den Schüler:innen transparent besprochen und in Bezug auf eine Lernzielkontrolle schriftlich fixiert. Rückmeldungen zum Leistungsstand erfolgen unterrichtsbegleitend auf Nachfrage und im Anschluss an Leistungsüberprüfungen. Die Quartalsnoten werden den Schüler:innen mitgeteilt und ein Lernentwicklungsgespräch wird angeboten.

Die in einer mündlichen Prüfung erbrachte Leistung wird den Schülerinnen und Schülern individuell zurückgemeldet und bei Bedarf erläutert. Über die Bewertung substanzieller punktueller Leistungen aus dem Bereich der Sonstigen Mitarbeit werden die Schülerinnen und Schüler in der Regel mündlich informiert, ggf. auf Nachfrage; dabei wird ihnen erläutert, wie die jeweilige Bewertung zustande kommt. Schriftliche Übungen und sonstige Formen schriftlicher Leistungsüberprüfung werden schriftlich korrigiert und bewertet, und zwar so, dass aus Korrektur und Bewertung der betreffende Kompetenzstand hervorgeht. Auch hier besteht die Möglichkeit mündlicher Erläuterung.

Die Fachschaft Sport setzt die nachfolgenden Absprachen als *Minimalanforderungen* an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder voraus. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

**Verbindliche Absprachen:**

1. In jeder Jahrgangsstufe wird ein Sporthafter geführt.
2. Passive Schüler werden durch Beobachtungs-, Feedback- und Schreibaufgaben in den Sportunterricht einbezogen.
3. Bei Inaktivität im Schwimmunterricht ist das Schreiben eines Protokolls Pflicht (*siehe Vordruck*).
4. Jede Klasse erhält eine Kopie der *Grundlagen der Notenfindung im Fach Sport* inklusive der Auskunft über den Gesundheitszustand und Bestätigung der Schwimmfähigkeit am Anfang eines Halbjahres.
5. Bei längerer Inaktivität eines Schülers wird eine Ersatzleistung in Form einer schriftlichen Hausarbeit oder mündlichen Prüfung eingefordert.

**Absprachen zur Vergleichbarkeit der sportlichen Leistungen Sek I/II**

**Sonstige Mitarbeit:**

a) *Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (motorische Fähig- und Fertigkeiten)*

- Demonstration von technischen, taktischen und konditionellen Fähigkeiten
- Weiterentwicklung von sportlichen Können
- Erwerb und Anwendung von sportlichen Wissen
- Bewegungs- und Fehleranalyse

b) *Methodenkompetenz (Anleitung sportlichen Handelns)*

- Beschaffung, Aufbereitung und Strukturierung sportlichen Handelns
- Einhaltung des Sicherheitsaspekts

c) *Urteilskompetenz (Reflexion sportlichen Handelns)*

- Kriterien geleitetes Feedback
- Erläuterung und kritische Reflexion von Unterrichtsinhalten
- Qualitative und quantitative Unterrichtsbeiträge der reflektieren Praxis

**Lernerfolgskontrollen:**

Die punktuellen Lernerfolgskontrollen in Form von *schriftlichen Test, praktischen Prüfungen, Demonstrationen, mündlichen Prüfungen oder einer Durchführung einer Sportstunde* richten sich nach den im internen Curricula zum jeweiligen Bewegungsfeld festgelegten Überprüfungen. Die Bewertung von „messbaren“ Leistungen in den Bewegungsfeldern Schwimmen und Leichtathletik erfolgt nach den intern festgelegten Leistungstabellen.

**Leistungsbewertung Sek II: A 4**

Das Fach Sport ist am Gymnasium Am Moltkeplatz als 4. Fach der Abiturprüfung wählbar. Alle Sportkurse der Oberstufe werden 3-stündig unterrichtet.

Alle Sportkurse in der Einführungsphase bieten für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit im ersten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben und im zweiten Halbjahr eine Fachpraktische Prüfung abzulegen. Die in der Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen - insbesondere auch in den Klausuren - eng zusammen.

Für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die eine 4.-Fach-Prüfung anstreben, wird mindestens in einem Halbjahr der Qualifikationsphase eine Klausur durch eine

fachpraktische Prüfung ersetzt. Hinsichtlich der Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Sportkurse erarbeitet die Fachkonferenz ein Konzept für diese fachpraktische Prüfung in den unterschiedlichen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.

Im 1. Halbjahr der Q2 wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Faches Sport als 4. Abiturfach von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung (5000m Lauf) erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

<b>Jahrgangsstufe</b>	<b>1. Halbjahr</b>	<b>2. Halbjahr</b>
10	1 Klausur	1 FPP
Q1	2 Klausuren (Facharbeit möglich)	2 Klausuren
Q2	1 Klausur, 1 FPP	

**Abiturprüfung A 4:**

- 1 Mündliche Prüfung
- 2 FPP aus zwei profilbildenden Bewegungsfeldern

## Grundlagen der Notenfindung im Fach Sport

Das Fach Sport leistet seinen spezifischen Beitrag zur **Entwicklung und Förderung ganzheitlicher Bildung**. Die Leistungsbewertung bezieht sich hierbei auf die im Unterricht erworbenen Kompetenzen in den Bereichen **Wahrnehmungs- und Bewegungskompetenz** (u.a. sportliche Handlungssituationen flexibel und aufmerksam wahrnehmen; psychophysische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive und ästhetisch-gestalterische Kompetenzen), **Sachkompetenz** (u.a. Wissen über Bewegung, Spiel und Sport zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns), **Methodenkompetenz** (u.a. Verfahren und Wissen über Methoden sich zunehmend eigenständig mit sportlichen Handeln auseinandersetzen; Lösungswege für Bewegungsprobleme entwickeln) sowie der **Urteilskompetenz** (u.a. kritische Auseinandersetzung mit der erlebten sportlichen Wirklichkeit; Reflektieren von Lernerfahrungen). Alle Kompetenzbereiche zielen somit auf eine **umfassende Handlungskompetenz** in Bewegung, Spiel und Sport ab. Die Fachschaft Sport am Gymnasium am Moltkeplatz beruft sich bei der Bewertung der oben genannten Kompetenzbereiche auf das **MEISTER-Prinzip**, wobei der motorische Lernzuwachs im Vordergrund steht:

- M** – motorische Leistungsfähigkeit (u.a. Bewegungskönnen, Beherrschung von Technik, Taktik, Regeln, koordinative, konditionelle oder gestalterische Fähigkeit, *vgl. Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz*)
- E** – Einsatz (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Selbstständigkeit)
- I** – individuelle Leistungssteigerung
- S** – Sozialverhalten (u.a. Selbstverantwortung und Verantwortungsübernahme, Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen sportlichen Handelns)
- T** – Theorie (u.a. Kenntnisse und Verständnis von theoretischen Zusammenhängen, *vgl. Sachkompetenz*)
- R** – Inhalt von Regeln (u.a. Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit)
- R** – eiferate und sonstige Leistungen

-----Bitte hier abtrennen und unterschrieben an den Sportlehrer(in) zurückgeben-----

Name: \_\_\_\_\_ Klasse: \_\_\_\_\_

### Auskunft zum Gesundheitszustand

Der Schulsportunterricht dient u. a. der Gesundheitsförderung und der Gesundheitserziehung. Um dieses weiter optimal zu gewährleisten, benötigen wir von Ihnen eine Rückmeldung zum aktuellen Gesundheitszustand ihres Kindes. Selbstverständlich werden Ihre Angaben von mir vertraulich behandelt und dienen ausschließlich dem Dienstgebrauch. Datenschutz hat höchste Priorität. Konkrete Diagnosen müssen Sie uns natürlich nicht mitteilen!

Mein(e) Tochter/Sohn hat **keine** längerfristige Erkrankung, die im Sportunterricht berücksichtigt werden müsste.

Mein(e) Tochter/Sohn hat **eine** längerfristige Erkrankung, welche die Teilnahme am Sportunterricht einschränkt (**Bitte Attest beifügen, ggf. mit Angabe der Einschränkungen, die für den Sportunterricht relevant sind.**)

Wichtig: Bei einer längerfristigen Änderung des Gesundheitszustandes (mehr als 14 Tage) bitte ich um zeitnahe Benachrichtigung, auch hier bitte mit Attest mit Angabe der Einschränkung. Ansonsten gilt immer eine Anwesenheitspflicht im Sportunterricht.

### Auskunft zur Schwimmfähigkeit

Mein(e) Tochter/Sohn ist schwimmfähig und im Besitz des Seepferdchens. (**Falls noch nicht geschehen bitte Kopie beifügen!**)

### Weg zum Sportplatz „Sprödenal“

Mein(e) Tochter/Sohn darf vom Moltke zu Fuß/mit dem Fahrrad ohne Begleitung der Lehrkraft zum Sprödenalplatz gehen/fahren.

### Interesse an Schulsportmeisterschaften/-wettkämpfen

Mein(e) Tochter/Sohn treibt leistungsmäßig Sport (Sportart: \_\_\_\_\_) und ist interessiert die Schule bei Sportwettkämpfen zu vertreten.

\_\_\_\_\_  
Sportlehrer(in)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift der/des Erziehungsberechtigten

**OBERSTUFE**

Schülerinnen Q1 / Q2												
Punkte	Laufdisziplinen [min:sec]						Sprungdisziplinen [m]			Wurf-/Stoßdisziplinen [m]		
	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	100 m Hürden (76,2 cm)	Weit-sprung	Hoch-sprung	Drei-sprung	Kugel (4 kg)	Diskus (1 kg)	Speer (600 kg)
<b>15</b>	0:13,7	0:28,4	1:06,6	2:58	5:52	0:18,5	<b>4,45</b>	<b>1,40</b>	<b>9,20</b>	8,35	<b>23,60</b>	<b>25,80</b>
<b>14</b>	0:13,9	0:28,8	1:07,4	3:03	6:00	0:18,8	<b>4,35</b>	<b>1,38</b>	<b>9,00</b>	8,20	<b>22,90</b>	<b>25,00</b>
<b>13</b>	0:14,1	0:29,2	1:08,2	3:08	6:08	0:19,1	<b>4,25</b>	<b>1,36</b>	<b>8,80</b>	8,05	<b>22,20</b>	<b>24,20</b>
<b>12</b>	0:14,3	0:29,7	1:09,0	3:13	6:16	0:19,4	<b>4,14</b>	<b>1,34</b>	<b>8,60</b>	7,85	<b>21,40</b>	<b>23,40</b>
<b>11</b>	0:14,5	0:30,2	1:10,0	3:19	6:24	0:19,8	<b>4,03</b>	<b>1,32</b>	<b>8,30</b>	7,65	<b>20,60</b>	<b>22,50</b>
<b>10</b>	0:14,7	0:30,7	1:11,0	3:25	6:32	0:20,2	<b>3,92</b>	<b>1,3</b>	<b>8,00</b>	7,45	<b>19,80</b>	<b>21,60</b>
<b>9</b>	0:14,9	0:31,2	1:13,0	3:32	6:42	0:20,6	<b>3,8</b>	<b>1,28</b>	<b>7,70</b>	7,20	<b>19,00</b>	<b>20,70</b>
<b>8</b>	0:15,2	0:31,8	1:15,0	3:40	6:52	0:21,1	<b>3,68</b>	<b>1,26</b>	<b>7,40</b>	6,95	<b>18,00</b>	<b>19,80</b>
<b>7</b>	0:15,5	0:32,4	1:17,0	3:48	7:02	0:21,6	<b>3,56</b>	<b>1,24</b>	<b>7,15</b>	6,70	<b>17,00</b>	<b>18,80</b>
<b>6</b>	0:15,8	0:33,0	1:19,0	3:56	7:12	0:22,1	<b>3,44</b>	<b>1,21</b>	<b>6,80</b>	6,45	<b>16,00</b>	<b>17,80</b>
<b>5</b>	0:16,1	0:33,6	1:21,0	4:04	7:22	0:22,6	<b>3,32</b>	<b>1,18</b>	<b>6,45</b>	6,20	<b>15,00</b>	<b>16,80</b>
<b>4</b>	0:16,4	0:34,2	1:23,0	4:12	7:32	0:23,1	<b>3,20</b>	<b>1,15</b>	<b>6,10</b>	5,95	<b>14,03</b>	<b>15,80</b>
<b>3</b>	0:16,7	0:35,0	1:25,3	4:20	7:44	0:23,8	<b>3,07</b>	<b>1,11</b>	<b>5,80</b>	5,70	<b>13,00</b>	<b>14,60</b>
<b>2</b>	0:17,0	0:35,8	1:27,6	4:28	7:56	0:24,5	<b>2,94</b>	<b>1,07</b>	<b>5,40</b>	5,35	<b>12,00</b>	<b>13,40</b>
<b>1</b>	0:17,3	0:36,6	1:29,9	4:36	8:08	0:25,2	<b>2,81</b>	<b>1,03</b>	<b>5,00</b>	5,00	<b>11,00</b>	<b>12,20</b>

Schüler Q1 / Q2												
Punkte	Laufdisziplinen [min:sec]						Sprungdisziplinen [m]			Wurf-/Stoßdisziplinen [m]		
	100 m	200 m	400 m	800 m	1500 m	110 m Hürden (91,4 cm)	Weit-sprung	Hoch-sprung	Drei-sprung	Kugel (6 kg)	Diskus (1,75 kg)	Speer (800 kg)
<b>15</b>	0:12,1	0:25,0	0:58,4	2:25	4:57	0:17,9	<b>5,70</b>	<b>1,64</b>	<b>12,00</b>	8,35	<b>29,25</b>	<b>35,00</b>
<b>14</b>	0:12,3	0:25,4	0:59,2	2:27	5:03	0:18,1	<b>5,58</b>	<b>1,62</b>	<b>11,80</b>	8,20	<b>28,55</b>	<b>34,30</b>
<b>13</b>	0:12,5	0:25,8	1:00,0	2:29	5:09	0:18,3	<b>5,44</b>	<b>1,6</b>	<b>11,60</b>	8,05	<b>27,85</b>	<b>33,60</b>
<b>12</b>	0:12,7	0:26,2	1:01,0	2:31	5:15	0:18,5	<b>5,32</b>	<b>1,58</b>	<b>11,35</b>	7,85	<b>26,15</b>	<b>32,90</b>
<b>11</b>	0:12,9	0:26,7	1:02,0	2:34	5:21	0:18,9	<b>5,17</b>	<b>1,55</b>	<b>11,10</b>	7,65	<b>25,35</b>	<b>31,60</b>
<b>10</b>	0:13,1	0:27,2	1:03,5	2:37	5:27	0:19,4	<b>5,02</b>	<b>1,52</b>	<b>10,85</b>	7,45	<b>24,55</b>	<b>30,30</b>
<b>9</b>	0:13,3	0:27,7	1:05,0	2:40	5:35	0:19,9	<b>4,86</b>	<b>1,49</b>	<b>10,55</b>	7,20	<b>23,75</b>	<b>29,00</b>
<b>8</b>	0:13,5	0:28,4	1:06,5	2:44	5:43	0:20,4	<b>4,70</b>	<b>1,46</b>	<b>10,25</b>	6,95	<b>22,65</b>	<b>27,40</b>
<b>7</b>	0:13,7	0:28,9	1:08,0	2:48	5:51	0:21,0	<b>4,54</b>	<b>1,43</b>	<b>9,90</b>	6,70	<b>21,55</b>	<b>25,80</b>
<b>6</b>	0:14,0	0:29,4	1:09,5	2:52	5:59	0:21,6	<b>4,38</b>	<b>1,39</b>	<b>9,60</b>	6,45	<b>20,45</b>	<b>24,20</b>
<b>5</b>	0:14,3	0:29,9	1:11,0	2:56	6:07	0:22,2	<b>4,21</b>	<b>1,35</b>	<b>9,30</b>	6,20	<b>19,35</b>	<b>22,40</b>
<b>4</b>	0:14,6	0:30,4	1:13,0	3:00	6:17	0:22,8	<b>4,04</b>	<b>1,31</b>	<b>9,00</b>	5,95	<b>18,25</b>	<b>20,60</b>
<b>3</b>	0:14,9	0:31,0	1:15,0	3:06	6:27	0:23,5	<b>3,85</b>	<b>1,26</b>	<b>8,70</b>	5,70	<b>17,00</b>	<b>18,60</b>
<b>2</b>	0:15,2	0:31,6	1:17,0	3:12	6:37	0:24,2	<b>3,66</b>	<b>1,21</b>	<b>8,35</b>	5,35	<b>15,75</b>	<b>16,60</b>
<b>1</b>	0:15,5	0:32,2	1:19,0	3:20	6:47	0:24,9	<b>3,47</b>	<b>1,16</b>	<b>8,00</b>	5,00	<b>14,50</b>	<b>14,60</b>

## Wertungstabellen Ausdauer Leistung Abitur

Schülerinnen			Schüler		
Punkte	Laufen 5000 m	Schwimmen 800 m	Punkte	Laufen 5000 m	Schwimmen 800 m
15	25:15	13:50	15	21:15	12:50
14	25:45	14:10	14	21:45	13:10
13	26:15	14:30	13	22:15	13:30
12	26:45	14:50	12	22:45	13:50
11	27:30	15:30	11	23:30	14:30
10	28:15	16:10	10	24:15	15:10
9	29:00	16:50	9	25:00	15:50
8	30:00	17:30	8	26:00	16:30
7	31:00	18:10	7	27:00	17:10
6	32:00	19:00	6	28:00	18:00
5	33:00	19:50	5	29:00	18:50
4	34:00	20:40	4	30:00	19:40
3	35:15	21:30	3	31:15	20:30
2	36:30	22:20	2	32:30	21:20
1	37:45	23:10	1	33:45	22:10

**Quellen:**

1. [https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehreplane/upload/klp\\_SII/sp/Entwurf\\_VB\\_Sportpraktische\\_Pruefung\\_Abitur\\_-\\_Teil\\_I\\_15-04-23.pdf](https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehreplane/upload/klp_SII/sp/Entwurf_VB_Sportpraktische_Pruefung_Abitur_-_Teil_I_15-04-23.pdf)
2. [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de)
3. Interner Lehrplan Gymnasium Am Moltkeplatz

Stand: 12.2.2020

**Bewertungsbogen zur Facharbeit**

Die Beratung zur Facharbeit erfolgt gemäß den überfachlich vereinbarten Grundsätzen. Der folgende Bewertungsbogen dient zur Bewertung der Arbeit.

Name:		Thema:	
<b>Inhaltliche und methodische Leistung</b>		<b>Max. Punkte</b>	<b>Err. Punkte</b>
Eigenständigkeit der Themenfindung und -formulierung		8	
Einleitung: <ul style="list-style-type: none"> <li>Nennung von Fragestellung, Inhalt, Struktur und Zielsetzung der Arbeit</li> <li>Begründung der Motivation des Schülers am Thema</li> <li>Eingrenzung der Thematik und Weckung des Leseinteresses</li> </ul>		8	
Hauptteil: <ul style="list-style-type: none"> <li>nachvollziehbare Entwicklung und Erläuterung der Thematik</li> <li>selbstständige Auseinandersetzung mit der Fragestellung/Thematik (keiner bloße Reproduktion)</li> <li>tragfähige und ergiebige Vorgehensweise: logischer und stringenter Aufbau der einzelnen Untersuchungsschritte</li> <li>tragfähige Theorie-Praxis-Verknüpfung (z.B. Studien, Experimenten, Erstellung von Konzepten, Unterrichts-/Trainingseinheiten)</li> <li>engagierte, methodisch angemessene und differenzierte Auseinandersetzung mit dem Thema</li> <li>sachgemäße und fachwissenschaftlich angemessene Auswertung der Befunde</li> <li>insgesamt wissenschaftlich und methodisch angemessener Umgang mit (Sekundär)Literatur, Quellen und Medien: <ul style="list-style-type: none"> <li>angemessene Verwendung direkter und indirekter Zitate in begründender Funktion.</li> <li>vollständige und korrekte Kennzeichnung sowie exakte Wiedergabe von Zitaten</li> <li>wissenschaftliche Verwendung von Quellenangaben im Fließtext und/oder in Fuß-/Endnoten und im Literaturverzeichnis</li> </ul> </li> </ul>		34	
Fazit: <ul style="list-style-type: none"> <li>systematische Zusammenfassung der Befunde aus dem Hauptteil</li> <li>Rückbindung der Ergebnisse an die zentrale Fragestellung</li> <li>kritische und differenzierte Bewertung der Ergebnisse</li> </ul>		10	
<b>Punkte inhaltliche und methodische Leistung</b>		<b>60</b>	
<b>Formale Leistung</b>		<b>Max. Punkte</b>	<b>Err. Punkte</b>
Einhaltung der formalen Vorgaben: Deckblatt; Schriftbild/Druck; Formatierung (Überschriften, Zeilenabstände, Ränder etc); Heftung; Eigenständigkeitserklärung; Umfang etc		8	
Inhaltsverzeichnis (Gliederung mit Nummerierung der Kapitel und Seitenzahlen); Literatur- Quellen- und ggf. Abbildungsverzeichnis		4	
<b>Punkte formale Leistung</b>		<b>12</b>	
<b>Darstellungsleistung</b>		<b>Max. Punkte</b>	<b>Err. Punkte</b>
Der Schüler strukturiert seinen Text kohärent, schlüssig, stringent und gedanklich klar: <ul style="list-style-type: none"> <li>gegliederte und angemessen gewichtete Anlage</li> <li>angemessene Gewichtung der Teilaufgaben</li> <li>schlüssige gedankliche Verbindung einzelner Sätze und ganzer Arbeitsschritte</li> </ul>		6	
Der Schüler beachtet fachsprachliche und fachmethodische Anforderungen und Vorgaben: <ul style="list-style-type: none"> <li>Trennung von Handlungs- und Metaebene</li> <li>begründeter Bezug von beschreibenden, deutenden und wertenden Aussagen</li> <li>sinnvolle Verwendung von Fachtermini</li> <li>Beachtung der Tempora und korrekte Redewiedergabe (Modalität)</li> </ul>		6	
Der Schüler formuliert lexikalisch und syntaktisch sicher, variabel und komplex und klar		6	
Der Schüler drückt sich allgemeinsprachlich präzise, stilistisch sicher und begrifflich differenziert aus:		6	

<ul style="list-style-type: none"><li>• sachlich-distanzierte Schreibweise</li><li>• begrifflich abstrakte Ausdrucksfähigkeit</li></ul>		
Der Schüler schreibt sprachlich richtig (Orthographie, Zeichensetzung) <sup>2</sup> .	4	
<b>Punkte Darstellungsleistung</b>	<b>28</b>	
<b>Punkte gesamt</b>	<b>100</b>	
<b>Note/Kommentar:</b>		

---

<sup>2</sup> grobe Verstöße gegen die sprachliche Richtigkeit können zu Abzügen von bis zu zwei Notentendenzen führen

## **5. Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen**

### **5.1 Zusammenarbeit mit weiteren Fächern**

Da das Fach Sport am Gymnasium am Moltkeplatz sowohl als Leistungskurs als auch als viertes Abiturfach gewählt werden kann, wird die Möglichkeit eine Klausur in der Qualifikationsphase durch eine Facharbeit zu ersetzen relativ häufig gewählt. Hier kommt es immer wieder - abhängig von der Themenwahl - zu einer engen Zusammenarbeit sowohl mit den geisteswissenschaftlichen Fächern Geschichte und Sozialwissenschaften als auch wiederum mit der Biologie. Die sportwissenschaftlichen Teildisziplinen Sportbiologie, Sportsoziologie und Sportgeschichte weisen diesbezüglich häufig Überschneidungen auf. Die fachpraktische Prüfung bezieht sich auf ein Teilgebiet der Sportpsychologie.

### **5.2 Projektkurs**

Es soll ein bilingualer Projektkurs eingerichtet werden. Eine Arbeitsgruppe ist eingerichtet. Ansprechpartnerin ist Frau Schmitz.

## **6. Qualitätssicherung und Evaluation**

Ein Mitglied der Fachschaft Sport besucht jährlich den Qualitätszirkel Sport und bildet die anderen Mitglieder der FK fort. Dies gilt ebenfalls für Implementationsveranstaltungen.

Ein konkretes Qualitäts- und Schulsportentwicklungsprogramm wird im aktuellen Schuljahr 2023/24 erarbeitet. Ansprechpartner ist Herr Breuer-Schimanke. Aspekte, die dabei Berücksichtigung finden, sind:

- fachliches Evaluationskonzept
- Schüler:innenfeedback
- Feedback zur Fachkonferenzarbeit
- systematische Dokumentation von weiteren Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkten
- Perspektivplanung