

Kursprofil 1 (Leichtathletik + 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:

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

Ergänzend:

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ (BF/SB 3) wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

Vertieft:

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z. B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Ergänzend:

- Historische leichtathletische Bewegungsformen und Wettbewerbe

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

d - Leistung

e - Kooperation und Konkurrenz

Q1.1: UV 1

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	<p>Formen ausdauernden Laufens</p> <p>Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</p>	f – Gesundheit d - Leistung	Q1	20 - 24 Std.	<p>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> <p>Trainingsplanung und –organisation (d), z. B. Trainingsprinzipien, -methoden und –formen im Ausdauer und Kraftbereich; konditionelle Fähigkeiten</p> <p>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen (d)</p>

Titel des UV: Jeder trainiert anders – Verbesserung der Ausdauerfähigkeit anhand verschiedener Trainingsmethoden

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)
- Trainingsplanung und -organisation (d)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (f)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (d)

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Lauferfahrungen (drinnen, draußen, Wald etc.) • Erprobung unterschiedlicher Trainingsmethoden • 3000m Lauf, 5000m • Wettkampfernährung 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einzelarbeit - Partnerläufe - Staffeln - Lerntagebuch - Trainingsplan 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stoppuhr • Pulsuhr 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. schriftl. Überprüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • fachliche Kenntnisse über Trainingsmethoden • Anstrengungswille • Trainingstagebuch • Referate <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • 3000m Lauf • evtl. 5000m • Sportabzeichen <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeit • Individuelle Verbesserung • Leistungsbereitschaft <p>Klausur</p>
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dauermethode, Intervallmethode, Intensivmethode, Wiederholungsmethode, Wettkampfmethode • Aerob / anaerob • Puls • Fitness, Ausdauer • Lang-, Mittel-, Kurzeitenausdauer 			

Q1.1: UV 2

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Volleyball	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e – Kooperation und Konkurrenz	Q1	20 - 24 Std.	Spielvermittlungsmodelle (e), z. B. spielgemäßes Konzept, integrative Sportspielvermittlung Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), z. B. Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen (Teillernmethode, Ganzheitsmethode, methodische Übungsreihen und methodische Prinzipien)

Titel des UV: Erfolgreich am Netz –Entwicklung von Angriffs- und Blocktechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (a)

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

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

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

Q1.2: UV 3

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik	b - Bewegungsgestaltung	Q1	12 - 16 Std.	Gestaltungskriterien, z.B. qualitative Bewegungsmerkmale (nach Meinel/Schnabel)

Titel des UV: BallKoRobics – Volleyball mal anders - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen.

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltungskriterien (b)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (b)

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (b)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmusschulung • Wdhl. Aerobicschritte • Choreographie erarbeiten • Kenntnisse über Gestaltungskriterien • Schülergeleitetes Aufwärmen • Technik: den Volleyball im unteren / oberen Zuspiel hochhalten • Koordinationsschulung 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen • Partner-, Gruppenarbeit • Einsatz von Musik • Kriteriengeleitete Selbst- und Fremdevaluation mithilfe von Evaluationsbögen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musik • Volleybälle 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Choreographie: <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Schweregrad • Bewegungsqualität • „Fehler“ • (Synchronität) • Kreativität • Übergänge • (Formation / Aufstellung) • Raumwege <p>Klausur (evtl. ersetzt durch Facharbeit)</p>
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aerobic: Marching, TAP Front, Step Touch, Double Step Touch, V-Step, Grapevine, Mambo, Out In, Plié Touch ... 			

Tipp: www.ballkorobics.de

Q1.2: UV 4

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Q1	14 - 18 Std.	Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a), z. B. koordinative Fähigkeiten (nach Hirtz) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d), z. B. Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise des Herz-Kreislaufsystems und der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung)

Titel des UV: Das ist uns neu – Eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (Speerwurf) im Hinblick auf persönlichen Erfolg und Lernweg bewerten

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

**Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen
Sachkompetenz**

Methodenkompetenz

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (d)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ergänzend zu den leichtathletischen Disziplinen aus der Sekundarstufe I soll eine komplexere Technik erlernt werden • Dies geht einher mit der Schulung des Verständnisses dafür, dass körperliche Voraussetzungen im Sport leistungslimitierend sein können • Formen relativer Leistungsmessung sind daher denkbar 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernen am Vorbild / durch Imitation • Bildreihen • Partnerkorrekturen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speer • Maßband • Thera-Band 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. Schriftliche Überprüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sichere Beherrschung der technischen Elemente • Ausführungsqualität • Qualität der Technik (Entwicklung, Lernfortschritt) <ul style="list-style-type: none"> • <u>punktuell:</u> • Technikabnahme in der gewählten Disziplin • evtl. Leistungsüberprüfung im Rahmen eines leichtathletischen Mehrkampfes <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Bewegung (z.B. Speerwurf: Wurfauslage, Stemmschritt, Fünf-Schritt-Rhythmus etc.) • Bewertung laut Leistungstabelle <p>Klausur</p>
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wurfauslage, Armrückführung • Auftaktschritt, Impulsschritt, Stemmschritt • Fünf-Schritt-Rhythmus • Daumen-Mittelfinger-Griff, Daumen-Zeigefinger-Griff, Zangengriff 			

Q1.2: UV 5

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball	e - Kooperation und Konkurrenz	Q1	12 - 16 Std.	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e), z. B. Regeln im Sport (Systematik nach Digel), Auswirkungen von Regeländerungen in Sportspielen

Titel des UV: Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 • Auswirkungen des Untergrunds Sand auf die Spielfähigkeit • Einführung Hechtbagger • Taktik 2:2; Absprache Block und Abwehr (Feldeinteilung) 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele / Übungen im Sand • Voraussetzung / Festigung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff • Methodische Übungsreihe • Spielformen, Spielreihen • „Trainer-/ Coachrolle“ 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beachvolleybälle • Beachvolleyballanlage • Sonnenschutz 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. schriftl. Überprüfung <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individueller Fortschritt • Taktisches Verständnis <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration im Zielspiel <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik: Annahme, Zuspiel, Angriff, (Block) • Erfolg im Spiel • Absprache im Team • Feldeinteilung sinnvoll? • Theoretisches Wissen zu Taktik, Regeln <p>Klausur</p>
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Longline • Cross • Skyball 			

Q2.1: UV 6

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Q2	16 – 20 Std.	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), z. B. Lernstufen nach Meinel/Schnabel Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a), z. B. funktionelle Bewegungsanalyse (nach Göhner), biomechanische Prinzipien (nach Hochmuth)

Titel des UV: **Hürdenlauf – Wir laufen technisch sauber über Hürden**

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens(a)
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (a)
- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernen beschreiben (a)

Urteilskompetenz

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (a)

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ergänzend zu den leichtathletischen Disziplinen aus der Sekundarstufe I soll eine komplexere Technik erlernt werden • Dies geht einher mit der Schulung des Verständnisses dafür, dass körperliche Voraussetzungen im Sport leistungslimitierend sein können 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernen am Vorbild / durch Imitation • Bildreihen • Partnerkorrekturen • Phasenstruktur • Videoanalyse 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hürden • Maßband • Kamera 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. Schriftliche Überprüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführungsqualität • Qualität der Technik (Entwicklung, Lernfortschritt) <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Bewegung (z.B. Schwungbein, Nachziehbein.) <p>Klausur</p>
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hürde • Beschleunigungsabschnitte, Hürdenschritt, Zwischenhürdenlauf • Drei-Schritt-Rhythmus • Schwungbein, Nachziehbein • Zyklisch • Vorwärtsdrehimpuls 			

Q2.1: UV 7

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)	Volleyball	e - Kooperation und Konkurrenz c – Wagnis und Verantwortung	Q2	16- 20 Std.	Spielvermittlungsmodelle (e), z. B. Taktik-Spiel-Modell Fairness und Aggression (e) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c), z. B. Angst und Stress im Sport

Titel des UV: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läufer-Systems (2:4) zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)
- Fairness und Aggression im Sport (e)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

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

Methodenkompetenz

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

Urteilskompetenz

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

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einführung in feste Positionen (Außenangriff (4), Mittelblock (3), Zuspiel (2) als taktische Alternative • Erarbeitung der Laufwege • (Spielfeldeinteilung bei der Annahme / Abwehr) • Ursachen für Misserfolge erkennen • Spielregeln, Spielfeldeinteilung • Netzaufbau • Läufer-system 2:4 • lange 6 vs. kurze 6 • Blockvarianten (longline, cross, Einer-, Zweier-, Dreierblock) 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voraussetzung: genaues Zuspiel, genaue Annahme, Angriff • Klassisches 3er-Spiel in PA: Schlag, Annahme, Zuspiel, Schlag usw. • 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. 	<p>Gegenstände</p> <p>Volleybälle Netz Antennen</p>	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. Schriftliche Überprüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Entwicklung • Reaktionsbereitschaft • Ausführungsqualität (Technik) • Verhalten in Einzel-, Partner und Gruppenarbeit (Übernahme von z.B. Zuspielertätigkeit oder Beobachtungsaufgaben) <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration: Pritschen, Baggern, Aufschlag, Angriff, Block • Wettkampfspiel • Schriftliche Überprüfung: Regeln, Bewegungsbeschreibung, taktisches Verhalten <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • (Technik) • Erfolg im Spiel • Absprache, Feldeinteilung • positionsbezogene Aufgaben
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Läufer“ • Sicherung (Angriff und Block) • Zuspiel, Abwehr, Annahme, Position I, II, III, IV, V, VI • Hinterfeld • Spielfeldeinteilung („kurze“ / „lange“ 6) 			

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• Theoretisches Wissen zu Positionen, Taktik, Regeln |
|--|--|

fachpraktische Prüfung

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

Q2.2: UV 8

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	d – Leistung a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	Q2	16 - 20 Std.	Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a), z. B. funktionelle Bewegungsanalyse (nach Göhner), biomechanische Prinzipien (nach Hochmuth) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d), z. B. Ausdauer- und Kraftbereich (Aufbau und Funktionsweise des HKS und der Muskeln des Bewegungsapparates, Energiebereitstellung)

Titel des UV: Höher und immer höher – über historische Hochsprungformen zum Flop

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

- historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

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

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Urteilskompetenz

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

<p>Didaktische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Sprungdisziplinen auf einem erweiterten technisch-kordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern • Dies geht einher mit der Schulung des Verständnisses dafür, dass körperliche Voraussetzungen im Sport leistungslimitierend sein können • Formen relativer Leistungsmessung sind daher denkbar • Historische Sprungformen 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analysieren und Erläutern der grundlegenden Merkmale der leichtathletischen Disziplin Hochsprung • Erproben und Festigen einer historischen Sprungform • Selbstständig Übungen entwickeln, die sich zur Steigerung von Anlaufgeschwindigkeit und Verbesserung der speziellen Sprungkraft eignen • Erproben selbstentwickelter Übungen • Welche biomechanischen Ansprüche werden an eine gute Technik gestellt und wie lassen sich diese umsetzen? • Lernen am Vorbild / durch Imitation • Bildreihen • Partnerkorrekturen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hochsprunganlage • Kästen etc. für Sprungübungen 	<p>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Ggf. Schriftliche Überprüfung <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sichere Beherrschung der technischen Elemente • Ausführungsqualität • Qualität der Technik (Entwicklung, Lernfortschritt) • Leistungsbereitschaft <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikabnahme in der gewählten Disziplin • Leistungsüberprüfung: Höhe • Leistungsüberprüfung im Rahmen eines (alternativen) leichtathletischen Mehrkampfes • Eine weitere historische Technik <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Ausführung der Bewegung • Bewertung laut Leistungstabelle
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlauf (Flopp: Steigerungslauf, Impulskurve) 			

- Absprung (Flop: Schwungbein, Sprungbein)
- Flugphase (Flop: Steigphase, Lattenüberquerung)
- Landung (Flop: L-Position)

- Bewertung in Relation zur Körpergröße

Q2.2: UV 9

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	Päd. Persp. / Inhaltsfeld	Jahrgang	Dauer des UV	Theorie-Praxis-Verknüpfung
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	s. UV 1, 4, 6, 8	d - Leistung	Q2	4 – 8 Std.	s. UV 1, 4, 6, 8

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“

Q2.2: UV 10

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

Titel des UV: Wiederholung abiturrelevanter Themen und Inhalte aus dem Sportbereich „Volleyball“