FRIEDRICH HARKORT SCHULE
STÄDTISCHES GYMNASIUM HERDECKE

Schulinterner Lehrplan

zum Kernlehrplan für die gymnasiale Oberstufe

(Sekundarstufe II)

gültig ab Schuljahr 2014/15

(letzte Überarbeitung: 07/2017)

Sport

Inhalt

1. Aufgaben und Ziele des Faches 3

1.1 Leitbild für das Fach Sport 3

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung 3

1.2 Sportstättenangebot 4

1.2.1 Sportstätten der Schule 4

1.2.2 Im Umfeld der Schule 4

1.3 Außerunterrichtliches Sportangebot 4

1.3.1. Schulsportwettkämpfe 4

1.3.2 Schulsportfest, Turniere 4

1.3.3 Weitere AG-Angebote 5

2. Entscheidungen zum Unterricht 5

2.1.1 Einführungsphase 6

2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs 17

2.1.3 Qualifikationsphase im Leistungskurs 39

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit 81

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung 81

3. Qualitätssicherung und Evaluation 83

1. Aufgaben und Ziele des Faches

1.1 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm der Beispielschule drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.
Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit zu ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.
Den Schülerinnen und Schülern der Beispielschule sollen 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.
Die Beispielschule fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie...

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

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

1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer vertrauensorientierten, 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.
Der Koordinator für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport, sowie für die Fortschreitung der schulinternen Lehrpläne (Fachvorsitzende) verpflichtet sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.
Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Entwicklung eines Leitbildes mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit vorzulegen und regelmäßig zu evaluieren und fortzuschreiben.

1.2 Sportstättenangebot

1.2.1 Sportstätten der Schule

- Schuleigene Dreifachsporthalle
- Sportplatz mit acht Laufbahnen, einer Sprunggrube, einer Hochsprunganlage, einer Kugelstoßanlage, einer Speerwurfgelegenheit
- Kunstrasenfläche (Fußballplatz), kleiner Kunstrasenplatz („Cageball“) und Basketballplatz auf dem Sportplatz
- Basketballplätze, Fußballplatz (Kleinfeld) und Skatanlage auf dem Schulhof

1.2.2 Im Umfeld der Schule

- Nutzung des städtischen Hallen- und Freibades
- Kooperation mit örtlichem Ruderclub
- Sportmöglichkeiten im unmittelbaren Naherholungsgebiet der Schule (Ruhr, Hengsteysee: z.B. Joggen, Segeln, Kanu, Mountainbiken)

1.3 Außerunterrichtliches Sportangebot

Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges zusätzliches Angebot in verschiedenen Sportbereichen gemacht. Dabei ist eine Kooperation mit außerschulischen Partnerinnen und Partnern des Sports anzustreben.

1.3.1. Schulsportwettkämpfe

Für die Organisation, Koordination, Auswahl und Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens ist Herr Schindler verantwortlicher Ansprechpartner. Die Fachkonferenz bietet ein breites Angebot an, die konkrete Umsetzung richtet sich nach der Einwahl und damit der Interessenslage der Schülerinnen und Schüler.

1.3.2 Schulsportfest, Turniere

Die Fachkonferenz hat beschlossen, dass für die gesamte Schülerschaft (mit Ausnahme der Q2) jährlich ein sportartübergreifendes Sportfest angeboten wird. Die konkrete Umsetzung unterliegt einer Steuergruppe, die das bestehende Grundgerüst in ihren Modalitäten prozesshaft anpasst.
Vor den Weihnachtsferien wird für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe II sowie für Ehemalige und Lehrerinnen und Lehrer ein Turnier im Volleyball durchgeführt.

1.3.3 Weitere AG-Angebote

Das wechselnde AG-Angebot ist der im Schulprogramm verankerten AG-Liste oder der Homepage zu entnehmen.

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.

Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können.

Die Darstellung der Inhalte erfolgt im aktuellen Schulprogramm zunächst auf der Übersichtsebene. Anschließend sind die einzelnen Unterrichtsvorhaben in konkretisierter Form mit der Zuordnung der jeweiligen Kompetenzerwartungen und Leistungsanforderungen aufgeführt.

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 in der Schule vorliegende exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ (Kapitel 2.1.2) empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen. 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.

Strukturell erfolgt in den Kapitel 2.1.1 – 2.1.3 zunächst immer die Beschreibung der Profilierung, an die sich dann eine Übersicht über die Unterrichtsvorhaben mit den jeweils zugeordneten Inhaltsfeldern der Qualifikationsphase anschließt.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel wird zunächst ein Beispiel für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die sowohl ein Grundkurs- als auch ein Leistungskursprofil entwickelt wurde.

2.1.1 Einführungsphase

Profilierung

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

Die folgende Übersicht zeigt die Themen der einzelnen Vorhaben unter Berücksichtigung der Kompetenzen aus den aufgeführten Bewegungs- und Inhaltsfeldern. Die Fachkonferenz der Friedrich-Harkort-Schule hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 3, 5, 7 und 8 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

Die Fachkonferenz hat die Unterrichtsvorhaben 2, 5 und 6 als verpflichtende Vorhaben für jeden Sportkurs der EF ausgewiesen, weil diese Inhaltsfelder für den Leistungskurs Sport in der Qualifikationsphase obligatorisch sind und so allen SuS der EF gleiche Voraussetzungen für eine mögliche LK-Wahl geboten werden. Die Unterrichtsvorhaben 1, 3 und 4 haben einen empfehlenden Charakter, können aber durch den Kurslehrer oder in Absprache mit den SuS abgeändert werden, wobei sich die Kurslehrer verpflichten darauf zu achten, dass alle Kompetenzerwarten erfüllt werden.

Im Anschluss an die Umrissplanung folgt zunächst die Darstellung der konkretisierten Unterrichtsvorhaben mit dem Bezug zu den jeweiligen Kompetenzerwartungen, die innerhalb der Unterrichtsvorhaben erreicht werden sollen.

Für die Unterrichtsvorhaben 2, 5 und 6, die als obligatorische Unterrichtsvorhaben vorgesehen sind, folgt weiterhin eine Übersicht über didaktisch – methodische Grundsätze der Unterrichtsvorhaben, inhaltlichen Schwerpunkte und die Absprachen der Fachkonferenz bezüglich der Leistungsbewertung innerhalb der Unterrichtsvorhaben. Dabei bleibt festzustellen, dass die jeweiligen Umsetzungsformen lediglich einen empfehlenden Charakter besitzen und von Lehrkraft zu Lehrkraft durchaus unterschiedlich, in Anhängigkeit der kursspezifischen Gegebenheiten, gestaltet werden können.

Umrissplanung für die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halbjahr	Laufendes UV	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF	Bezug zu den BF
1. Hj	**UV 1**	***Skull, wenn du kannst*** *- Verbesserung der Technik und Kooperation als gezieltes Sporttreiben für Gesundheit und Wohlbefinden.* ***Zeitbedarf****: ca. 12Std.*	a/e/f	BF 8
	UV 2	**Fit wie ein Turnschuh** – Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren[1]. **Zeitbedarf**: ca. 15Std.	d/f	BF 3
	UV 3	***Es geht auch um Taktik*** *- Schulung offensiver und defensiver Bewegungshandlungen anhand unterschiedlicher Lernwege und Hilfen.* **Zeitbedarf**: ca. 15Std.	a	BF 7
		Freiraum: ca. 15 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs		
2. Hj	**UV 4**	***Hop oder Top*** *- sichere Bewältigung von psycho-motorisch herausfordernden Hindernislandschaften unter Berücksichtigung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen.* ***Zeitbedarf****: ca. 12Std.*	b/c	BF 5
	UV 5	**Die spezielle Spielfähigkeit verbessern** – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (4:4 - 6:6) im Volleyball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. **Zeitbedarf**: ca. 12Std.	e	BF 7
	UV 6	**Lauf, Sprung, Wurf, Stoß?** – Eine neu erlernte Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten und in einem Mehrkampf vertieft anwenden. **Zeitbedarf**: ca. 18Std.	a/e/f	BF 3
		Freiraum: ca. 15 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs		

IF = Inhaltsfelder; BF = Bewegungsfelder

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I

Thema: ***Skull, wenn du kannst*** *- Verbesserung der Technik und Kooperation als gezieltes Sporttreiben für Gesundheit und Wohlbefinden.*

Bewegungsfeld/Sportbereich 8

Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport

Inhaltlicher Kern

Gleiten auf dem Wasser (Rudern)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- e - Kooperation und Konkurrenz
- f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können:

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK, a)
- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK, f)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK, e)
- unterschiedliche Hilfen(z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK, e)

Zeitbedarf

ca. 12 Stunden

Einführungsphase, 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben II</u>

Thema: ***Fit wie ein Turnschuh*** *– die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.*

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Werfen, Springen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können:

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

Inhaltsfeld

- *d – Leistung*
- *f - Gesundheit*

Inhaltlicher Schwerpunkt

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können:

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

Zeitbedarf

ca. 15 Stunden

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV (EF 2): Fit wie ein Turnschuh – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Erfassen körperlicher Reaktionen auf Belastungsformen • Möglichkeiten der Gruppenbildung unter dem Aspekt vom zielgerichteten Training • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren, ggfs. auch außerhalb des Unterrichts und den Trainingsfortschritt in einem Protokoll festhalten	• Erproben der Trainingsmethoden in möglichst leistungshomogenen Gruppen Individuelles Training der Ausdauer	• Möglichkeiten der Trainings-dokumentation • Extensive / intensive Dauermethode • Intervallmethode • Prinzipien des Trainings	• Durchführung von Trainings-einheiten mit unterschiedlichen Methoden und Prinzipien • Erproben verschiedener Belastungs-größen • Anfertigen und führen von Trainingstage-buch	**unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Beteiligung an theoretischen Phasen • Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen **punktuell:** • Überprüfung des Trainingstagebuchs • 5000m Ausdauerprüfung, angepasste Zeiten an Abiturvorgaben

Einführungsphase, 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben III</u>

Thema: ***Hop oder Top –*** *sichere Bewältigung von psycho-motorisch herausfordernden Hindernislandschaften unter Berücksichtigung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen*

Bewegungsfeld/Sportbereich 5

Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern

Normungebundenes Turnen an gängingen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksicht spezifischer Ausführungskriterien präsentieren
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Inhaltsfeld

- c - Wagnis und Verantwortung
- b - Bewegungsgestaltung und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gestaltungskriterien (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können:

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

Zeitbedarf

ca. 12 Stunden

Unterrichtsvorhaben IV

Thema: ***Schulung offensiver und defensiver Bewegungshandlungen anhand unterschiedlicher Lernwege und Hilfen***

Bewegungsfeld/Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Mannschafts- und Partnerspiele

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können:

- zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)

Zeitbedarf

ca. 15 Stunden

Einführungsphase, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben V:</u>

Thema: ***Die spezielle Spielfähigkeit verbessern*** *– Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (4:4 - 6:6) im Volleyball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.*

Bewegungsfeld/Sportbereich 7

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Zeitbedarf

ca. 12 Stunden

Thema des UV (EF 5): **Die spezielle Spielfähigkeit verbessern** – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (4:4 - 6:6) im Volleyball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

.

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Einfache Darstellung von mannschaftstaktischen Verhaltensweisen in Angriffs- und Abwehraktionen • Erproben von Aufstellungsformen • Möglichkeiten der Mannschaftsbildung und deren Auswirkung auf die Spielmotivation der einzelnen Spieler / Mannschaften • Kommunikation innerhalb der Mannschaften thematisieren	• Mannschaftsinterne Absprachen zu möglichen Taktiken • Mannschaftsinternes Erproben und Anwenden in Spielsituationen Individuelles Arbeiten an der Technik, z.B. in Aufwärmphasen	• Regelwerk Volleyball • Vorgaben für zeichnerische Darstellungs-möglichkeiten von Spielsituationen	• Spielen nach Regeln und Veränderung der Regeln mit Auswertung der Auswirkungen auf das Spiel • Entwickeln von Offensiv- und Defensiv-strategien zur Erweiterung des taktischen Repertoires • Praktischen Erproben und zeichnerisches Darstellen der Spielstrategien	**unterrichtsbegleitend:** • Progression im Spielverhalten und der grundlegenden Spieltechnik • Anstrengungsbereitschaft, Motivation, Teamgeist, … • Mitgestaltung der Theoriephasen **punktuell:** • Spielüberprüfung (4:4 und / oder 6:6) mit dem Schwerpunkt des gruppentaktischen Verhaltens

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: ***Lauf, Sprung, Wurf, Stoß****? – Eine neu erlernte Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten und in einem Mehrkampf vertieft anwenden*

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf)

Inhaltsfeld

- a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
- Trainingsplanung und Organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- zwei unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (MK)
- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. (UK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf

ca. 18 Stunden

Thema des UV (EF.6): **Lauf, Sprung, Wurf, Stoß**? – Eine neu erlernte Technik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten und in einem Mehrkampf vertieft anwenden.

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Technikanalyse und Techniktraining einer noch nicht behandelten leichtathletischen Disziplin (Dreisprung, Hürdenlauf) • Nutzung von Abbildungen oder Videos zur Erarbeitung der Bewegungskriterien • Betrachtung funktionaler Zusammenhänge von Teilbewegungen für die Gesamtbewegung • Vergleich von analytisch-synthetischer Methode und Ganzheitsmethode als mögliche Methoden zum Erlernen von Bewegungen • Mehrkampftraining für einen Dreikampf Erstellung / Betrachtung von Technikbeschreibungen	• Selbstständiges Üben der Bewegungstechnik auf Grundlage von Technikbeschreibung • Durchführung von Selbst- und Fremdbeobachtung • Lernen an Stationen für verschiedenen Disziplinen des Dreikampfes (Lauf, Sprung, Wurf)	• Bewegungsanalyse • Evtl. vereinfacht Phasenstruktur von Bewegungen • Erarbeitung unterschiedlicher Lernwege • Ggf. Erstellen von Beobachtungs- und Korrekturbögen	• Einüben neuer Technik • Wiederholung bereits bekannter Techniken für den Mehrkampf • Durchführung Mehrkampf	**unterrichtsbegleitend:** • Progression in der Technik • Anstrengungsbereitschaft und Zielgerichtetheit beim Erlernen / Wiederholen der Techniken • Motivation, Hilfe beim Herrichten der Technikstationen **punktuell:** • Mehrkampfleistung, orientiert an Abiturbedingungen • Evtl. Techniküberprüfung der neu erlernten Technik

2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

An der Friedrich-Harkort-Schule gibt es in der Oberstufe neben dem Leistungskurs in der Regel noch vier weitere Grundkurse mit einem einheitlichen Profil. Dabei kann Sport nicht als viertes Abiturfach gewählt werden. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

> *„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*
>
> *Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)*

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergibt sich nach Beschluss in der Fachkonferenz Sport folgendes Kursprofil:

Kurs	**Kursprofile**			
	BF/SB	**BF/SB**	**Inhaltsfeld**	**Inhaltsfeld**
1-4	**Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik**	**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**	**d - Leistung**	**e - Kooperation und Konkurrenz**

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

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

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

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

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

Wie in der Einführungsphase sind die Unterrichtsvorhaben zunächst in einer Umrissplanung abgebildet, der anschließend eine konkretisierte Darstellungsform mit den zu erreichenden Kompetenzerwartungen folgt. Für die obligatorischen Unterrichtsvorhaben sind wieder Übersichten über didaktisch – methodische Grundsätze, inhaltliche Schwerpunkte und die Absprachen der Fachkonferenz bezüglich der Leistungsbewertung innerhalb der Unterrichtsvorhaben beigefügt, die wieder als Empfehlung anzusehen sind.

Halb jahr	Laufendes UV	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF	Bezug zu den BF
Q1.1	**UV I**	Erarbeitung der Phasenstruktur einer sportlichen Bewegung anhand einer **Wurf- und/oder Stoßdisziplin** mithilfe von Beobachtungsbögen als Mittel zur Eigen- und Fremdbeobachtung	**a, d**	**3**
	UV II	Was kann ich? Individuelle Stärken und Schwächen erkennen – **grundlegende Volleyballtechniken und –taktiken** erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten	**a, e**	**7**
	UV III	Fehler kann man sehen – Schulung des Bewegungssehens auf der Basis von Video-Bewegungsanalysen am Beispiel **einer ausgewählten leichtathletischen Disziplin** zur gegenseitigen Bewegungskorrektur hinsichtlich der Verbesserung der eigenen Technik und Leistung	**a, d, e**	**3**
Q1.2	**UV IV**	Erfolgreich in **Angriff und Abwehr** – Spielgemäße Entwicklung von Angriffs- und Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit	**a, e**	**7**
	UV V	***Sprungvariationen*** *– voller Einsatz mit Wagnis und Risiko vom Minitrampolin und Reutherbrett*[2]	**a, c, e**	**5**
	UV VI	**Ausdauer** trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig: Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung	**d,f**	**3**
Q2.1	**UVII**	Jetzt wird es ernst – individuelle Vorbereitung auf den leichtathletischen Mehrkampf mit dem Ziel des Erwerbs des **Deutschen Sportabzeichens**	**d, e**	**3**
	UV III	***„Spiel ohne Grenzen“ – alternative Spiele selbst entwickeln und durchführen***	**e**	**7**
	UV IX	**Volleyball spielen** wie die Profis – Erweiterung des Repertoires zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit	**a, e**	**7**
	UV X	Alternativ ist „in“ – **leichtathletische alternative Bewegungsformen** für einen Wettkampf kreieren und bewerten	**d, e, f**	**3**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q1), 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: ***Erarbeitung der Phasenstruktur einer sportlichen Bewegung anhand*** einer **Wurf- und/oder Stoßdisziplin *mithilfe von Beobachtungsbögen als Mittel zur Eigen- und Fremdbeobachtung***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Leistung (d)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)
- Trainingsplanung und –organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK, a)
- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK, a)
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK, a)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK, d)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q1.1): **Erarbeitung der Phasenstruktur einer sportlichen Bewegung anhand** einer **Wurf- und/oder Stoßdisziplin mithilfe von Beobachtungsbögen als Mittel zur Eigen- und Fremdbeobachtung**.

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Auswahl von Wurf- und / oder Stoßdisziplin in Absprache mit den Kursteilnehmern • Stationenbetrieb zum selbstständigen Arbeiten mit zur Theorie – Praxis – Verknüpfung • Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen berücksichtigen • Messverfahren sachgerecht anwenden • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren, ggfs. auch außerhalb des Unterrichts	• Arbeiten an Stationen zu verschiedenen Wurf- und Stoßdisziplinen • Aufgegliederte Übungsfolgen für unterschiedliche Bewegungsphasen • Durchführung von Selbst- und Fremdbeobachtung	• Phasenstruktur nach Meinel / Schnabel • Vorbereitungs-, Haupt- und Endphase • Unterscheidung von zyklischen und azyklischen Bewegungen	• Technikbe-schreibungen der Disziplinen • Zusammen-hänge von Technikmerk-malen und deren Funktion • Technik- und Korrekturbögen	**unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft, Motivation • Beteiligung in Theoriephasen • Zielgerichtetheit beim Lernen • Lernprogression **punktuell:** • Technik- und / oder Leistungsprüfung der ausgewählten Disziplin

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q1), 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben II:</u>

Thema: ***Was kann ich? Individuelle Stärken und Schwächen erkennen – grundlegende Volleyballtechniken und –taktiken erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- in dem gewählten Mannschaftsspiel (Volleyball) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK, a)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK, e)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q1.2): **Was kann ich? Individuelle Stärken und Schwächen erkennen – grundlegende Volleyballtechniken und –taktiken erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten**.

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Möglichkeiten der Mannschaftseinteilung zur Gestaltung leistungshomogener Mannschaften • Spielformen 3:3, 4:4, 6:6 • Erstellung und Bearbeitung von Selbsteinschätzungs-bögen, z.B. anhand von Videoaufnahmen • Ausgewählte Technikphasen für grundlegende Spielfähigkeit nach Bedarf	• Gruppen- bzw. mannschaftsspezifische Taktikentwicklung und Darstellung • Selbsteinschätzungs-bögen	• Technikmerkmale grundlegender Techniken • Taktikzeichnungen	• Spielverhalten bei verschiedenen Aufstellungen • Aufgaben auf Positionen • Baggern, Pritschen, hohes Zuspiel, Aufschlag, Annahmebagger	**unterrichtsbegleitend:** • Progression in spielspezifischer Technik und Taktik • Beiträge zu taktischem Verhalten in mannschaftsinternen Absprachen • Motivation, Anstrengungsbereitschaft, **punktuell:** • Auswertung von Selbsteinschätzungsbögen • Spielprüfung mit Schwerpunkt auf taktischer und / oder technischer Spielfähigkeit

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q1), 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben III:</u>

Thema: ***Fehler kann man sehen – Schulung des Bewegungssehens auf der Basis von Video-Bewegungsanalysen am Beispiel* einer ausgewählten leichtathletischen Disziplin *zur gegenseitigen Bewegungskorrektur hinsichtlich der Verbesserung der eigenen Technik und Leistung***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS

- können Techniken in je einer Lauf-, Wurf-/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (Hochsprung)
- eine alternative leichtathletische Bewegungsform oder einen Wettbewerb (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Leistung (d)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)
- Trainingsplanung und –organisation (d)
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- Fairness und Aggression im Sport (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK, a)
- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK, a)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK, a)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK, d)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK, e)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q1.3): **Fehler kann man sehen – Schulung des Bewegungssehens auf der Basis von Video-Bewegungsanalysen am Beispiel einer ausgewählten leichtathletischen Disziplin zur gegenseitigen Bewegungskorrektur hinsichtlich der Verbesserung der eigenen Technik und Leistung**.

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Gruppenbasierte Videoaufnahmen einer Disziplin / mehrerer Disziplinen • Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen berücksichtigen • Messverfahren sachgerecht anwenden • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren	• Videodokumentation von Fehlerbildern • Präsentation der Analyseergebnisse der Videoaufnahmen • Durchführung der Bewegungskorrektur / Übungsphasen	• Technikmerkmale der gewählten leichtathletischen Disziplin • Verschiedene Möglichkeiten der Videoanalyse (Apps, Smartphones, …)	• Videoanalyse und Auswertung • Technikbeschreibungen der Disziplinen • Erkennen von Zusammenhängen von Bewegungsfehlern und Auswirkungen auf die Gesamtleistung • Übungsphasen entsprechend der Fehlerbilder	**unterrichtsbegleitend:** • Progression in spielspezifischer Technik und Taktik • Beiträge zu taktischem Verhalten in mannschaftsinternen Absprachen • Motivation, Anstrengungsbereitschaft, **punktuell:** • Präsentation der Bewegungsaufnahmen sowie deren Auswertung • Überprüfung der Technik

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q1), 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben IV:</u>

Thema: ***Erfolgreich in Angriff und Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Angriffs- und Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- in dem gewählten Mannschaftsspiel (Volleyball) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK, a)
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK, a)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK, e)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q1.4): Erfolgreich in Angriff und Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Angriffs- und Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Erlernen des Angriffsschlags mit der Teillernmethode • Kennen des Regelwerks in Bezug auf Angriffs- und Abwehraktionen • Entscheidungen im individual- und gruppentaktischen Verhalten	• Vertiefte Anwendung von Gruppen- bzw. mannschaftsspezifischer Taktikentwicklung und Darstellung	• Technikbe-schreibungen Annahmebagger / Angriffsschlag	• Angriffsschlag • Abwehr- / Annahmebagger • Ggf. Spielzüge zur Optimierung von Angriffs- bzw. Abwehraktionen	**unterrichtsbegleitend:** • Progression in spielspezifischer Technik und Taktik • Beiträge zu taktischem Verhalten in mannschaftsinternen Absprachen • Motivation, Anstrengungsbereitschaft • Angemessenes Lern- und Übungsverhalten **punktuell:** • Spielprüfung, Umsetzung gewählter Taktiken • Ggf. Techniküberprüfung Angriffsschlag

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q1), 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben V:</u>

Thema: ***Sprungvariationen*** *– voller Einsatz mit Wagnis und Risiko vom Minitrampolin und Reutherbrett*

Bewegungsfeld/Sportbereich

Bewegen an Geräten - Turnen

Inhaltlicher Kern

Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen, Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Wagnis und Verantwortung (c)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK, c)
- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK, a)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q1), 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben VI:</u>

Thema: ***Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig: Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

Formen ausdauernden Laufens (z.B. <u>Jogging</u>, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS

- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzung gestalten (LZA 30 Minuten)

Inhaltsfeld

- Leistung (d)
- Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK, d)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK, d)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolioinstrument) (MK, d)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzung entwerfen (MK, d)
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK, f)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK, f)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK, f)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q1.6): **Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig: Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung**

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Auswahl an verschiedenen Methoden von Ausdauertraining • Trainingsmöglichkeiten für unterschiedliche Ausdauerformen • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren, ggfs. auch außerhalb des Unterrichts	• Laufen in homogenen Gruppen • Selbstständiges Training auch außerhalb des Unterrichts • Individuelle Vorbereitung auf einen Wettkampf (5000m)	• Wiederholung und Vertiefung von Ausdauer-methoden • Formen der Ausdauer • Zusammenhänge Ausdauertraining und Gesundheit	• Tests zur Über-prüfung der Ausdauerfähig-keit • Ggf. Ausdauertraining in verschiedenen Sportarten (Laufen, Schwimmen, Walken, …) • Gleichmäßiges Laufen vs. Fahrtspiel • Dauermethode vs. Intervalltraining	**unterrichtsbegleitend:** • Motivation und Anstrengungsbereitschaft • Beteiligung in Theoriephasen **punktuell:** • 5000m-Lauf auf der Grundlage der Abiturvorgaben LK Sport (angepasst)

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q2), 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben VII:</u>

Thema: ***Jetzt wird es ernst – individuelle Vorbereitung auf den leichtathletischen Mehrkampf mit dem Ziel des Erwerbs des Deutschen Sportabzeichens***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS

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

Inhaltsfeld

- Leistung (d)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK, d)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK, d)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK, e)
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilten (UK, e)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q2.1): Jetzt wird es ernst – individuelle Vorbereitung auf den leichtathletischen Mehrkampf mit dem Ziel des Erwerbs des Deutschen Sportabzeichens

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Individuelle Trainingsmöglichkeiten je nach Bedarf in Abhängigkeit von den Leistungsanforder-ungen des Sportabzeichens • Fremd- und Selbstbeobachtung zur Festigung technischer Bewegungsmerkmale • Sicherheitsbestim-mungen und grund-legende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen berücksichtigen • Messverfahren sachgerecht anwenden • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren, ggfs. auch außerhalb des Unterrichts	• Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Vorbereitung des Wettkampfes in Gruppen • Wettkampfstätten sachgerecht herrichten • Schriftlich den Wettkampf umfassend vorbereiten (u.a. Wettkampfregeln, Organisation, Bewertungssystem, Formatvorlagen für Bewertungsraster entwickeln	• Formen und Leistungsanforder-ungen des Sportabzeichens	• Durchführung des Sportabzeichens	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen der Disziplinen zeigen • Hilfsbereitschaft • Angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten **punktuell:** • erbrachte Leistungen in Sportabzeichenprüfung

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q2), 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben VIII:</u>

Thema: ***„Spiel ohne Grenzen" – alternative Spiele selbst entwickeln und durchführen***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Alternative Spiele und Sportspielvarianten (Beach-Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q2), 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben IX:</u>

Thema: ***Volleyball spielen wie die Profis – Erweiterung des Repertoires zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- in dem gewählten Mannschaftsspiel (Volleyball) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK, a)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK, e)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK, e)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK, e)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q2.3): Volleyball spielen wie die Profis – Erweiterung des Repertoires zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Verbinden von technischen und taktischen Fertigkeiten und Fähigkeiten zum erfolgreichen Spielen im Sportspiel • Durch komplexe Spielsituationen zusätzlich zum Ball den Raum sowie Mit- und Gegenspieler wahrnehmen und Eigen- sowie Fremdverhalten analysieren und optimieren • In der Spielform 6:6 die taktischen Spielfähigkeiten erweitern	• Vertiefung und Erweiterung spielübergreifender Taktikbausteine beim Volleyball • Erweiterung des individuellen Spektrums durch Kleingruppenarbeit zur Verbesserung der gruppentaktischen Handlungsmöglich-keiten	• Regelkunde für alle Positionen	• Organisation des Zusammen-spiels • Regeln • Spielform 6:6 • Positions-bezogene Aufgaben	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation Erarbeiten von taktischen Handlungsvarianten • Hilfsbereitschaft • Auf- und Abbau der Felder • Angemessenes Übungs-, Trainings- und Spielverhalten **punktuell:** • Spielprüfung mit Schwerpunkt erfolgreichem Spiel sowie auf taktischen Varianten

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q2), 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben X:</u>

Thema: ***Alternativ ist „in" – leichtathletische alternative Bewegungsformen für einen Wettkampf kreieren und bewerten***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- Leistung (d)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
- Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Trainingsplanung und –organisation (a)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
- Fairness und Aggression im Sport (e)
- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionell/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK, d)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spiel- und Wettkampfsituationen erläutern (SK, e)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK, e)
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK, e)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK, f)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q2.4): Alternativ ist „in“ – leichtathletische alternative Bewegungsformen für einen Wettkampf kreieren und bewerten

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Kreieren von Wettkämpfen durch Regeländerungen der traditionellen Disziplinen • Einen altersgerechten und chancengleichen leichtathletischen Mannschaftswettkampf kombiniert zusammenstellen, erproben, durchführen und bewerten	• Vorbereiten des Wettkampfes in Gruppen	• Bedeutung von Regeln • Fairplay	• Fairness und Konkurrenz in Wettkämpfen • Veränderungen von Regeln und Auswirkungen auf Wettkämpfe	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation • Hilfsbereitschaft • Auf- und Abbau der Anlagen **punktuell:** • Abschlusswettkampf auf Grundlage der entwickelten Disziplinen und Bewertungsformen

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase (Q2), 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XI:</u>

Thema: ***„Volley als Choreo“: Präsentation und Beurteilung einer Volleyball-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gestaltungskriterien***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern

Alternative Spiele und Sportspielvarianten

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- Bewegungsgestaltung (b)
- Kooperation und Konkurrenz (e)
- Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltungskriterien (b)
- Improvisation und Variation von Bewegung (b)
- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK, b)
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK, b)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spiel- und Wettkampfsituationen erläutern (SK, e)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK, f)

Zeitbedarf

ca. 12 – 15 Stunden

Thema des UV (Q2.5): „Volley als Choreo“: Präsentation und Beurteilung einer Volleyball-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gestaltungskriterien

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Choreographie-erstellung mit Ball und Volleyballelementen unter Aspekten der Fitness und Gesundheit • Integration der Gestaltungkriterien (Raum, Zeit, Rhythmus, …)	• Arbeiten in Gruppen • Arbeiten mit Bällen • Erstellung von Beobachtungs- und Bewertungsbögen	• Gestaltungs-kriterien • Fitness als Basis für Gesundheit • Musikbögen	• Präsentation nach Gestaltungs-kriterien einüben und demonstrieren • Fitnesstraining	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement / Initiative in Gruppenarbeitsprozessen • Hilfsbereitschaft • Kreativität in Bewegungsgestaltung **punktuell:** • Präsentation der Choreographie • Bewertungsbögen für andere Gruppen

2.1.3 Qualifikationsphase im Leistungskurs

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Für den Leistungskurs wird zunächst erfolgt zunächst eine Übersicht über das Kursprofil, welches in Absprache mit dem kooperierenden Gymnasium aus Wetter ausgearbeitet wurde. Dargestellt sind die profilbildenden Bewegungs- sowie Inhaltsfelder. Im Anschluss folgt wie zuvor in den Jahrgangsstufen EF, Q1 und Q2 die Übersicht über sämtliche Unterrichtsvorhaben mit der sich anschließenden konkretisierten Darstellung der jeweils zu erreichenden Kompetenzerwartungen und den Absprachen zur Leistungsbewertung.

Darstellung des Kursprofils und Übersicht der Unterrichtsvorhaben:

Bewegungsfelder/Sportbereiche
Akzentuierung **von 2 BF/SB**
BF/SB 3: **Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik** und **BF/SB 7:** **Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**
mit den (ausgewählten) verbindlichen Kompetenzerwartungen (BWK)
BF/SB 3: <u>Inhaltliche Kerne:</u> Ist das Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die **ersten beiden inhaltlichen Kerne sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern verbindlich: - **leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß** UV1, (UV9), UV10, UV14, UV17, UV19, UV21 - **Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)** UV2, UV7, UV15, (UV16), UV19, UV21 - alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe UV 9, <u>Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:</u> Die Schülerinnen und Schüler können - **Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren,** - **einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf- (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen,** - **Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten),** - alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

BF/SB 7:

Inhaltliche Kerne:

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

- **Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)** UV5, UV6, UV8, UV18, UV19, UV21
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) UV4, UV21

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe 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) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen,**
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Inhaltsfelder (IF)

alle IF **vertieft**

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

- Siehe Übersicht nächste Seite

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen in der Übersicht (28 Kompetenzerwartungen gesamt)

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

Inhaltsfelder	SK1	SK2	SK3	MK1	MK2	UK1	UK2

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

Chronologische Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Halbjahr	Laufendes UV	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF	Bezug zu SK / MK / UK	Bezug zu den BF
Q1.1	**UV I**	**Leichtathletik – Was kommt da auf mich zu?** – Ein erstes Erproben einschließlich einer Standortbestimmung verschiedener leichtathletischer Disziplinen unter Berücksichtigung einzelner disziplinspezifischer Bewegungsmerkmale	d, a	a: SK 2, d: SK 2	3
	UV II	**Ausdauersport? Was bringt mir das eigentlich? –** Ausdauersport in verschiedenen Sportarten unter unterschiedlichen Sinngebungen durchführen und bewerten	d, a	a: SK 2, d: SK 2	3
	UV III	**Fit mit Fun, so werde und bleibe ich gesund und leistungsfähig** – Grundlegende Elemente eines Fitnesstrainings kennen und eine gesundheitsorientierte und eine leistungsbezogene Bewegungsaufgabe zur Verbesserung der Fitness durchführen und in den fachwissenschaftlichen Zusammenhang einordnen können	f	f: SK 1, SK 2,	1
	UV IV	**Wie geht das eigentlich richtig?** – Volleyballspezifische Regelkunde erarbeitet innerhalb von unterschiedlichen Spielsituationen	e	e: SK 1, MK 2, a: SK 2	7
	UV V	**Volleyball - Jetzt aber richtig!** – Den Angriffsschlag im Volleyball auf der Basis von Bewegungsanalysen, veränderten Druckbedingungen und Partnerkorrektur einüben und anwenden können	d, a	d: UK 1, a: SK 2	7
	UV VI	**Hoch oder Weit? Hauptsache es fliegt!** – Kugelstoßen und Sprungdisziplinen regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern	a, c	a: SK1, SK 3, UK 1 c: MK 1	3
Q1.2	**UV VII**	**Und jetzt die Abwehr!** – Einführung der Individualtechniken Hechtbagger und Japanrolle, um die Abwehr zu verbessern	a	A: SK 1, SK 3, UK 1	7
	UV VIII	**Lange Laufen** – Leistung testen (5000m, 800m, Conconi, Laktatstufentest)	c, d	D: SK 1, MK 1, MK 2, UK 2, c: SK 1, SK 2, UK 1	3
	UV IX	**Wo stehe ich eigentlich?** – Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. Einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen	d	d: UK 2	3
	UV X	**Höher und immer höher** – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen)	a, d	d: UK 2, a: SK 3, MK 1	3

		Hochsprungwettkampf			
	UV XI	**Speerwurf** – eine Alternative zum Kugelstoßen unter Berücksichtigung von verschiedenen Lernwegen zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten einüben und anwenden	a, d	d: UK 1, a: MK 1	3
	UV XII	**Üben, üben, üben** – Ausgewählte volleyballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimiert beherrschen	d	d: UK 1	7
Q2.1	**UV XIII**	**Eine Aufstellung für jede Situation?** – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der taktischen und technischen Fertigkeiten im Volleyball kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser angemessen agieren und reagieren können	e	e: SK 3, MK 1, MK 2	7
	UV XIV	**Aggression und Fairness im Sport** – Unterschiedliche Sportspielsituationen darstellen, um aggressives Verhalten im Sport zu erkennen, zu reflektieren, Entstehungszusammenhänge zu verdeutlichen und erklären zu können.	e, b	e: SK 2, UK 1 b: SK1, MK 1, UK 1	7
	UV XV	**Gesund durch Sport – krank durch Sport?** – Unter besonderer Berücksichtigung von Sport und Ernährung sowie unterschiedlicher Sport- und Gesundheitskonzepte (Risikofaktorenmodell, WHO/Salutogenese-Modell) ein eigenes begründetes Konzept von körperlicher Fitness und Gesundheit entwerfen	f	f: SK 1, SK 2, MK 1, UK 1	1
	UV XVI	**Alles am Strand, oder wie? –** Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Beachvolleyball, Beachminton, Beachsoccer, Streetball etc. in Absprache mit dem Kurs) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können.	e	e: SK 1,	7
Q2.2	**UV XVII**	**Die Abiturprüfung rückt immer näher… -** Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern	a	a: SK 3	3, 7
	UV XVIII	**„Training ist aufm´ Platz“ –** Auf der Grundlage der erworbenen Kenntnisse selbstständig Trainingsprozesse zur zielgerichteten Vorbereitung auf die praktische Abiturprüfung planen und durchführen.	d	d: SK 1, SK 2, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2	3, 7

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben I:</u>

Thema: ***Leichtathletik – Was kommt da auf mich zu? – Ein erstes Erproben einschließlich einer Standortbestimmung verschiedener leichtathletischer Disziplinen unter Berücksichtigung einzelner disziplinspezifischer Bewegungsmerkmale***

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- d – Leistung
- a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)
- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK, d)
- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK, a)

Zeitbedarf

ca. 16 Stunden

Thema des UV (Q1.1): **Leichtathletik – Was kommt da auf mich zu? –** Ein erstes Erproben einschließlich einer Standortbestimmung verschiedener leichtathletischer Disziplinen unter Berücksichtigung einzelner disziplinspezifischer Bewegungsmerkmale

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Sichtung der technischen Disziplinen und der Leistungsanforderungen im Abitur anhand Durchführung von Dreikampf • Erproben beider Ausdauerdisziplinen • Die Wettkampfregeln für die Teildisziplinen erstellen und ein Bewertungssystem dazu entwickeln • Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen berücksichtigen • Messverfahren sachgerecht anwenden	• Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) • Wettkampfstätten sachgerecht herrichten • Stationsbetrieb für Techniken mit Bewegungsbeschrei-bungen und Leistungsübersichten	• Trainingsprinzip-ien, -formen und -methoden • Physiologische Anpassungspro-zesse (kurz- und langfristig)	• 5000m – Lauf • Erproben Trainings-methoden • 800m Schwimmen • Erproben von Techniken • Ggf. Dreikampf	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Zielgerichtetes Lernen • Sich auf Unbekanntes einlassen • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • 3-Kampf • Ausdauerprüfungen (jeweils orientiert an Abiturzeiten, die angepasst werden)

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben II:</u>

Thema: ***Ausdauersport? Was bringt mir das eigentlich? – Ausdauersport in verschiedenen Sportarten unter unterschiedlichen Sinngebungen durchführen und bewerten***

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- d – Leistung
- a- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit (d)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (d)
- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK, d)
- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK, a)

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.2): **Ausdauersport? Was bringt mir das eigentlich? –** Ausdauersport in verschiedenen Sportarten unter unterschiedlichen Sinngebungen durchführen und bewerten

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Formen des Ausdauertrainings anhand unterschiedlicher Laufformen analysieren • Möglichkeiten der Trainingsdokumentation	• Einteilung von leistungshomogenen Laufgruppen • Selbstständiges Üben und Trainieren	• Trainingsprinzip-ien, -formen und -methoden • Physiologische Anpassungspro-zesse (kurz- und langfristig) • Funktion Herz-Kreislauf-System • Trainings-tagebuch	• 5000m – Lauf • Erproben Trainings-methoden • 800m Schwimmen • Läufe mit Tempowechseln	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Sich auf Unbekanntes einlassen • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:**

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: ***Fit mit Fun, wo werde und bleibe ich gesund und leistungsfähig – Grundlegende Elemente eines Fitnesstrainings kennen und eine gesundheitsorientierte und eine leistungsbezogene Bewegungsaufgabe zur Verbesserung der Fitness durchführen und in den fachwissenschaftlichen Zusammenhang einordnen können***

Bewegungsfeld/Sportbereich 1

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen
- Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Inhaltsfeld

- f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)
- Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern (SK, f)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern (SK, f)

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.3): **Fit mit Fun, wo werde und bleibe ich gesund und leistungsfähig –** Grundlegende Elemente eines Fitnesstrainings kennen und eine gesundheitsorientierte und eine leistungsbezogene Bewegungsaufgabe zur Verbesserung der Fitness durchführen und in den fachwissenschaftlichen Zusammenhang einordnen können

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Formen der Fitnessgymnastik zur Erarbeitung der konditionelle Fähigkeiten Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination • Langzeitbelastungen (mindestens 30 Minuten) in unterschiedlichen Variationen planen und durchführen	• Fitnessgymnastik einer Zielrichtung demonstrieren • Fitnesszirkel weiterer Zielrichtungen in Gruppen erarbeiten und präsentieren lassen	• Konditionelle Fähigkeiten • Aerobe / anaerobe Ausdauer • Fitness als Basis für Gesundheit	• Kraftzirkel, Ausdauerzirkel, evtl. Koordinations-training • Fitnesstraining als Grundlage für sportart-spezifisches Training • Evtl. Besuch Fitnessstudio	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • Präsentation des Fitnesszirkels

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: **Wie geht das eigentlich richtig? – Volleyballspezifische Regelkunde erarbeitet innerhalb von unterschiedlichen Spielsituationen**

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- In dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfeld

- E – Kooperation und Konkurrenz
- A – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltung von Spiel- und Sportmöglichkeiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK, e)
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK, e)
- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK, a)

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.4): **Wie geht das eigentlich richtig?** – Volleyballspezifische Regelkunde erarbeitet innerhalb von unterschiedlichen Spielsituationen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Sichtung der technischen Fähigkeiten und Fertigkeiten in den Spielformen 3:3, 4:4, 6:6 • Positionsbezogene Aufgaben in Angriffs- und Abwehrsituationen • Technische Grundschläge wiederholen und anwenden	• Spielformen 3:3, 4:4, 6:6 • Diagnosebögen für positionsbezogene Verhaltensweisen • Mannschaftsinterne Besprechungs-phasen	• Bedeutung von Regeln • Positions-bezogenes Regelwerk Volleyball	• Pritschen, Baggern, Aufschlag, oberes Zuspiel • Spielformen, Wettkampfspiel, Turnierformen	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Mitarbeit in theoretischen Phasen • Zielgerichtetes Lernen **punktuell:** • Regelgerechte Spielprüfung einer ausgewählten Spielform

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Volleyball - Jetzt aber richtig! – Den Angriffsschlag im Volleyball auf der Basis von Bewegungsanalysen, veränderten Druckbedingungen und Partnerkorrektur einüben und anwenden können

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- In dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfeld

- D – Leistung
- A – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)
- Informationsaufnahme und-verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK) (d)
- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK) (a)

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.5): **Volleyball - Jetzt aber richtig!** – Den Angriffsschlag im Volleyball auf der Basis von Bewegungsanalysen, veränderten Druckbedingungen und Partnerkorrektur einüben und anwenden können

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Erweiterung des spielspezifischen Repertoires um den Angriffsschlag, um effektiver und variantenreicher angreifen zu können • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren, ggfs. auch außerhalb des Unterrichts • Veränderung der Druckbedingungen durch unterschiedliche gestellte Bälle und / oder Blockspiel	• Stationen zu Bewegungsphasen vom Angriffsschlag • Übungsreihe Angriffsschlag • Technikbögen und Beobachtungsbögen in Partner- und Gruppenarbeiten • Individuelle Übungsformen • Übungsformen in Spielsituationen	• Bewegungsbe-schreibung Angriffsschlag	• Angriffsschlag • Variantenreiches Stellen • Blockspiel • Anwendung in Spielformen	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Mitarbeit in theoretischen Phasen • Zielgerichtetes Lernen **punktuell:** • Technikprüfung Angriffsschlag • Ggf. Prüfung im Spiel

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: **Hoch oder Weit? Hauptsache es fliegt! – Kugelstoßen und Sprungdisziplinen regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern**

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- A – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- C – Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK) (a)
- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK) (a)
- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen(UK) (a)
- Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden (MK) (c)

Zeitbedarf

ca. 24 Stunden

Thema des UV (Q1.6): **Hoch oder Weit? Hauptsache es fliegt! –** Kugelstoßen und Sprungdisziplinen regelgerecht durchführen und anhand eines Vergleiches Grundsätze der Koordination und der Biomechanik erörtern

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Grundlegende Bewegungsmerkmale der genannten Disziplin in ihrer Funktion erläutern • Messverfahren sachgerecht anwenden • Regelwerk der Disziplinen kennen und anwenden	• Partner- oder Gruppenarbeiten zur Erarbeitung der Bewegungsfunktionen anhand von Bewegungsbe-schreibungen • Beobachtungs- und Fehlerbögen zur Bewegungskorrektur an Stationen anwenden • Gruppenbasierte Erarbeitung und Präsentation biomechanischer Prinzipien und Bewegungsphasen (verdeutlicht an Praxisbeispielen)	• Biomechanische Prinzipien • Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lern-wegen • Phasenstruktur nach Meinel / Schnabel	• Hochsprung – von verschiedenen Techniken zum Fosbury-Flop • Kugelstoßen – Drehrückstoß	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Wahrnehmung von „Materialaufgaben“ • Zielgerichtetes Lernen; Progression in der Bewegungsausführung • Beteiligung an Gruppenarbeiten und Präsentation der Ergebnisse **punktuell:** • Disziplinenüberprüfung auf Technik (und evtl. Leistung)

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben VII:</u>

Thema: **Und jetzt die Abwehr! – Einführung der Individualtechniken Hechtbagger und Japanrolle, um die Abwehr zu verbessern**

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- In dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfeld

- A – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK)
- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK)
- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend (und kritisch) beurteilen (UK)

Zeitbedarf

ca. 12 Stunden

Thema des UV (Q1.7): **Und jetzt die Abwehr!** – Einführung der Individualtechniken Hechtbagger und Japanrolle, um die Abwehr zu verbessern

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Erweiterung des spielspezifischen Repertoires um die Verteidigungsschläge Hechtbagger und Japanrolle als Alternativen zum Annahmebagger • Entwicklung von Aufstellungsformen in Abhängigkeit zur Angriffsstrategie der Gegner • Veränderung der Druckbedingungen für verteidigende Mannschaft mit entsprechender Reaktion	• Stationen zu Hechtbagger und Japanrolle • Technikbögen und Beobachtungsbögen in Partner- und Gruppenarbeiten • Individuelle Übungsformen • Übungsformen in Spielsituationen • Beobachtung von Angriffsvarianten	• Bewegungsbe-schreibungen Hechtbagger und Japanrolle • Diagnosebögen für Angriffs-varianten	• Hechtbagger, Japanrolle • Aufstellungen in der Verteidigung • Aufgaben auf den Positionen in der Abwehr • Blockspiel • Blocksicherung	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Mitarbeit in theoretischen Phasen • Zielgerichtetes Lernen **punktuell:** • Spielform mit schwerpunktmäßiger Überprüfung des Spielverhaltens in der Abwehr

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben VIII:</u>

Thema: **Lange Laufen – Leistung testen (5000m, 800m, Conconi, Laktatstufentest)**

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- C – Wagnis und Verantwortung
- D - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c)
- Trainingsplanung und -organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK) (c)
- Unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (SK) (c)
- Unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer (theoriegeleitet) beurteilen (UK) (c)
- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK) (d)
- (individualisierte) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK) (d)
- die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorischer Tests) Kriterien geleitet bewerten (d)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern (d)

Zeitbedarf

ca. 18 Stunden

Thema des UV (Q1.8): **Lange Laufen –** Leistung testen (5000m, 800m, Conconi, Laktatstufentest)

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Formen des Ausdauertrainings anhand unterschiedlicher Laufformen analysieren • Anfertigen von Trainingstagebüchern • Entwerfen von Trainingsplänen • Kritische Bewertung der eigenen Leistungsfähigkeit vor dem Hintergrund angewandter Testverfahren • Kritische Betrachtung der Aussagekraft angewandter Testverfahren	• Einteilung von leistungshomogenen Laufgruppen • Selbstständiges Üben und Trainieren • Partnerbasierte Testdurchführung und -auswertung	• Motive sportlichen Handelns (nach Gabler) • Trainingsplanung • Conconi Test • Weiteres sportmotorische Tests samt Testgütekriterien	• 5000m – Lauf • 800m Schwimmen • Sportmotorische Tests (Conconi-Test, 20m-shuttle run, Cooper-Test) • Ggf. Exkursion und Durchführung Laktatstufentest	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Sich auf Unbekanntes einlassen • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • Leistungsüberprüfung einer (oder beider) Abiturdisziplinen im Bereich Ausdauer

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben IX:</u>

Thema: **Wo stehe ich eigentlich? – Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. Einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen**

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- D - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Verfahren zur Leistungsdiagnostik
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen
- Trainingsplanung und -organisation

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorischer Tests) Kriterien geleitet bewerten (UK)

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.9): **Wo stehe ich eigentlich? –** Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. Einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Einen leichtathletischen Dreikampf aus den bekannten Disziplinen kombiniert zusammenstellen, erproben und durchführen • Die Wettkampfregeln für die Teildisziplinen berücksichtigen • Sicherheitsbestim-mungen und grund-legende Wettkampf-regeln in den genannten Disziplinen berücksichtigen • Messverfahren sachgerecht anwenden • Eigenverantwortliches Üben und Trainieren, ggfs. auch außerhalb des Unterrichts und den Trainingsfortschritt in einem Protokoll festhalten	• Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Vorbereitung des Wettkampfes in Gruppen (ggf. ist ein/e Verletzte/r SoS „Manager“) • Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) • Wettkampfstätten sachgerecht herrichten	• Motive sportlichen Handelns (nach Gabler) • Trainingsplanung • Conconi Test • Weiteres sportmotorische Tests samt Testgütekriterien	• Dreikampf mit entsprechenden Disziplinen • Erproben div. Kurzstrecken (100m – 1500m)	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Zielgerichtetes Üben • Angemessenes Trainingsverhalten • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • Leistungsprüfung Dreikampf nach den (angepassten) Abiturbedingungen

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Höher und immer höher – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Inhaltsfeld

- A – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- D - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)
- Trainingsplanung und -organisation (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK) (a)
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK) (a)
- Die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorischer Tests) Kriterien geleitet bewerten (UK) (d)

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.10): **Höher und immer höher –** Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Darstellung der Funktionen der einzelnen Bewegungsphasen beim Fosbury-Flop • Darstellung von Fehlerbildern durch Videoanalysen und Anwendung spezifischer Korrekturmaßnahmen	• Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Gruppen- oder Partnerarbeit mit Bewegungsbeschreibungen und Beobachtungsbögen, ggf. mit Videoanalysen • Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) • Wettkampfstätten sachgerecht herrichten	• Biomechanische Prinzipien • Koordinative Fähigkeiten nach Hirtz	• Vertiefung der Technik vom Fosbury-Flop	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Zielgerichtetes Üben • Angemessenes Trainingsverhalten • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • Leistungsprüfung (Technik und / oder Leistung)

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XI:</u>

Thema: **Speerwurf – eine Alternative zum Kugelstoßen unter Berücksichtigung von verschiedenen Lernwegen Schulung der koordinativen Fähigkeiten einüben und anwenden**

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- A – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
- D - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Zeitbedarf

ca. 10 Stunden

Thema des UV (Q1.11): **Speerwurf** – eine Alternative zum Kugelstoßen unter Berücksichtigung von verschiedenen Lernwegen Schulung der koordinativen Fähigkeiten einüben und anwenden

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Darstellung der Funktionen der einzelnen Bewegungsphasen beim Speerwurf • Darstellung von Fehlerbildern durch Videoanalysen und Anwendung spezifischer Korrekturmaßnahmen	• Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Gruppen- oder Partnerarbeit mit Bewegungsbeschreibungen und Beobachtungsbögen, ggf. mit Videoanalysen • Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen) • Wettkampfstätten sachgerecht herrichten	• Biomechanische Prinzipien • Koordinative Fähigkeiten nach Hirtz	• Erlernen und vertiefte Anwendung der Technik beim Speerwurf	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Zielgerichtetes Üben • Angemessenes Trainingsverhalten • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • Leistungsprüfung (Technik und / oder Leistung)

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q1, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XII:</u>

Thema: Üben, üben, üben – Ausgewählte volleyballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimiert beherrschen

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- In dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden

Inhaltsfeld

- D - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Zeitbedarf

ca. 14 Stunden

Thema des UV (Q1.12): **Üben, üben, üben** – Ausgewählte volleyballspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimiert beherrschen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Übungsvorhaben für Festigung sämtlicher Techniken nach individueller Auswahl durch Schülerinnen und Schüler • Einfache Spielformen zur Technikanwendung; Kennenlernen der fakultativen Prüfungsspielform 2:2	• Diagnosebögen zur Analyse von Technikschwächen in den einzelnen Bereichen • Individuelles Training an Stationen • Videoanalysen zur vertieften Lernstandsdiagnose und Dokumentation des Fortschritts	• Durchführung und Auswerten von Videoanalysen • Koordinative Fähigkeiten	• Individuelles Training • Spielform 2:2	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Mitarbeit in theoretischen Phasen • Zielgerichtetes Lernen **punktuell:** • Spielform „2 mit 2“ zum Kennenlernen der Prüfungsspielform der fakultativen Prüfung

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q2, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben XIII:

Thema: Eine Aufstellung für jede Situation? – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der taktischen und technischen Fertigkeiten im Volleyball kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser angemessen agieren und reagieren können

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- In dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenen Wettkampfverhalten bewältigen

Inhaltsfeld

- E – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen (SK)
- Individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK)
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK)

Zeitbedarf

ca. 16 Stunden

Thema des UV (Q2.1): **Eine Aufstellung für jede Situation?** – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der taktischen und technischen Fertigkeiten im Volleyball kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser angemessen agieren und reagieren können

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Erarbeitung unterschiedlicher taktischer Spielvarianten aus der Perspektive unterschiedlicher Spielvermittlungskonzepte • Darstellung von Spielzügen in der Spielformation 4:4 und 6:6	• Mannschaftsinterne Absprachen sowie deren Präsentation zu Spielzügen	• Spielvermittlungs modelle – spielgemäßes Konzept / integratives Spielvermitt-lungskonzept / Taktik-Spiel-Modell • Übungsreihe, Spielreihe	• Spielformen 4:4 / 6:6 • Entwicklung von Angriffsvarianten • Mannschafts-interne Kommunikation	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Mitarbeit in theoretischen Phasen • Zielgerichtetes Lernen **punktuell:** • Spielprüfung 4:4 (Abiturprüfungsform) und / oder Spielprüfung 6:6

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q2, 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XIV:</u>

Thema: Aggression und Fairness im Sport – Unterschiedliche Sportspielsituationen darstellen, um aggressives Verhalten im Sport zu erkennen, zu reflektieren, Entstehungszusammenhänge zu verdeutlichen und erklären zu können

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- E – Kooperation und Konkurrenz
- b – Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Fairness und Aggression im Sport (e)
- Formen der Steuerung und Manipulation im Sport (e)
- Gestaltungskriterien (b)
- Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern (SK) (e)
- Gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen (UK) (e)
- Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK) (b)
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) (MK) (b)
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK) (b)

Zeitbedarf

ca. 16 Stunden

Thema des UV (Q2.2): **Aggression und Fairness im Sport –** Unterschiedliche Sportspielsituationen darstellen, um aggressives Verhalten im Sport zu erkennen, zu reflektieren, Entstehungszusammenhänge zu verdeutlichen und erklären zu können

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Erarbeiten von verschiedenen Ansätzen zur Klärung der Entstehung von aggressiven Verhaltensweisen • Übertragung der Aggressionstheorien auf praktische Beispiele in Sportspielsituationen, die gruppenweise einstudiert und anschließend präsentiert werden	• Gruppenarbeit zur Darstellung von aggressiven Verhaltensweisen in Sportspielsituationen • Analyse der Präsentation und Verknüpfung mit Aggressionstheorie in Gruppen –oder Plenumsarbeit	• Aggressions-theorien • Fairplay	• Spielsituationen in diversen Sportspielen kreieren / darstellen	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Kreativität in der Entwicklung und Umsetzung einer Präsentation einer Spielsituation **punktuell:** • Präsentationsleistung von Sportspielsituation zur Verdeutlichung vorgegebener Aggressionstheorien

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q2, 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben XV:

Thema: Gesund durch Sport – krank durch Sport? – Unter besonderer Berücksichtigung von Sport und Ernährung sowie unterschiedlicher Sport- und Gesundheitskonzepte (Risikofaktorenmodell, WHO/Salutogenese-Modell) ein eigenes begründetes Konzept von körperlicher Fitness und Gesundheit entwerfen

Bewegungsfeld/Sportbereich 3

Inhaltlicher Kern

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Inhaltsfeld

- F – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens
- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit
- Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns
- Wirkung und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Freizeitsport

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern (SK)
- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern (SK)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)
- Positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen (UK)

Zeitbedarf

ca. 20 Stunden

Thema des UV (Q2.3): **Gesund durch Sport – krank durch Sport? –** Unter besonderer Berücksichtigung von Sport und Ernährung sowie unterschiedlicher Sport- und Gesundheitskonzepte (Risikofaktorenmodell, WHO/Salutogenese-Modell) ein eigenes begründetes Konzept von körperlicher Fitness und Gesundheit entwerfen

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Gesundheitswert von Sport anhand der Durchführung ausgewählter Sportprogramme reflektieren • Bedeutung ausgewählter Risikofaktoren differenziert erläutern	• Erarbeitung und Durchführung von Sportprogrammen zur Steigerung des Gesundheitswertes • Bewertung der durchgeführten Sportprogramme	• Risikofaktoren-modell • Salutogenese-modell • Doping	• Übungspro-gramme durchführen, Gesundheitswert reflektieren	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft • Kreativität in der Entwicklung, Umsetzung und Präsentation eines Sportprogrammes **punktuell:** • Vorstellung des Sportprogrammes

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q2, 1. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XVI:</u>

Thema: ***Alles am Strand, oder wie? – Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Beachvolleyball, Beachminton, Beachsoccer, Streetball etc. in Absprache mit dem Kurs) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Inhaltsfeld

- Kooperation und Konkurrenz (e)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Zeitbedarf

ca. 8 Stunden

Thema des UV (Q2.4): **Alles am Strand, oder wie? –** Alternative Variationen bekannter Sportspiele (Beachvolleyball, Beachminton, Beachsoccer, Streetball etc. in Absprache mit dem Kurs) organisieren, spielen und in ihrer Relevanz für den Breitensport einordnen können

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Vom einfachen Spiel zum Spiel Flag Football durch sukzessive Regelerweiterungen • Bedeutung der Regelveränderungen für die Spielfähigkeit des Spiels	• Erarbeitung und Präsentation von veränderten Regelwerken in Gruppen	• Bedeutung von Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen • Differenzierung zwischen Leistungssport und Breitensport	• Flag Football	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft • Beteiligung an der Gruppen- und Präsentationsarbeit **punktuell:** • Ggf. Spielprüfung

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q2, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XVII:</u>

Thema: ***Die Abiturprüfung rückt immer näher… - Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern***

Bewegungsfeld/Sportbereich

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe
- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- **ENTSPRECHEND BF 3 I-IV und BF 7 I-III**

Inhaltsfeld

- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

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

Zeitbedarf

ca. 8 Stunden

Thema des UV (Q2.5): **Die Abiturprüfung rückt immer näher… -** Die individuelle Leistungsfähigkeit selbstständig in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern / Sportbereichen unter Berücksichtigung von phasierten Bewegungsbeschreibungen sowie biomechanischer Analysen - verbessern

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Wiederholen und Durchführen von allen Prüfungsrelevanten Spielformen und Wettkämpfen in den abiturrelevanten Bewegungsfeldern Leichtathletik und Volleyball •	• Selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) • Gruppen- oder Partnerarbeit mit Bewegungsbeschreibungen und Beobachtungsbögen, ggf. mit Videoanalysen	• Analysatoren • Phasenstruktur • Biomechanische Prinzipien	• 5000m Laufen • 800m Schwimmen • Dreikampf • Volleyball 2:2 / 4:4 / 6:6	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Zielgerichtetes Üben • Angemessenes Trainingsverhalten • Anstrengungsbereitschaft **punktuell:** • Leistungsprüfung und Technikprüfung (z.B. je nach Wahlverhalten im Abitur)

Kursprofil: Volleyball / Leichtathletik

Schwerpunktinhaltsfelder: Leistung (d), Kooperation und Konkurrenz (e)

Qualifikationsphase Leistungskurs, Q2, 2. Halbjahr

<u>Unterrichtsvorhaben XVIII:</u>

Thema: *„Training ist aufm´ Platz“ – Auf der Grundlage der erworbenen Kenntnisse selbstständig Trainingsprozesse zur zielgerichteten Vorbereitung auf die praktische Abiturprüfung planen und durchführen sowie biomechanische Analysen verbessern*

Bewegungsfeld/Sportbereich

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe
- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung

Die SuS können

- **ENTSPRECHEND BF 3 I-IV und BF 7 I-III**

Inhaltsfeld

- Leistung (d)

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Trainingsplanung und -organisation
- Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung
- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung

Die SuS können

- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern. (SK)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (SK)
- die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch, Portfolio). (MK)
- individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK)
- die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten. (UK)

Zeitbedarf

ca. 20 Stunden

Thema des UV (Q2.6): **„Training ist aufm´ Platz“ –** Auf der Grundlage der erworbenen Kenntnisse selbstständig Trainingsprozesse zur zielgerichteten Vorbereitung auf die praktische Abiturprüfung planen und durchführen.

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Wiederholung der Spielformen 2:2 / 4:4 und 6:6 als mögliche Abiturprüfung zur Vorbereitung der Wahlentscheidung der Schülerinnen und Schüler • Verbinden von technischen und taktischen Fertigkeiten und Fähigkeiten zum erfolgreichen Spielen im Sportspiel • Weiterentwicklung komplexer Spielvarianten in der Spielform 6:6 in Abhängigkeiten von Gegner- und Mitspielerbeobachtungen	• Erarbeitung und Darstellung weiterer Spielzüge in Gruppen • Zusammensetzung der Prüfungsmannschaften	•	• Spielformen 2:“ / 4:4 / 6:6 • Entwicklung von Angriffsvarianten • Mannschafts-interne Kommunikation • Festlegung der Abiturteams	**unterrichtsbegleitend:** • Engagement, Motivation, Hilfsbereitschaft / Unterstützung der Mitspielerinnen und Mitspieler • Auf- und Abbau, „Materialverhalten“ • Mitarbeit in theoretischen Phasen • Zielgerichtetes Lernen **punktuell:** • Spielprüfung 2:2 / 4:4 und / oder 6:6

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

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

Überfachliche Grundsätze:

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

Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht an der FHS 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.
Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz.
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 Unterrichtvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Sie gehören im Leistungskurs zum festen Bestandteil des Unterrichts.

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOSt hat die Fachkonferenz die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen:

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

Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

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

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

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

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern / Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Sportmotorische Leistungen als punktuelle Leistungsüberprüfungen werden in den Grundkursen in der Regel nach gleichen Normtabellen bzw. gleichen Kriterien bewertet.

   Konkretisierung zu 2:

   - *Als Grundlage für die Leistungsüberprüfung gelten die Normtabellen für die Anforderungen des Leistungskurses Sport. Um eine Anpassung an den Grundkurs zu erreichen, werden folgende Maßnahmen getroffen:*
     - *In der Q1.1 werden die in der Tabelle angegebenen Leistungen der Abiturnote 2 (11 Punkte) als 1+ gewertet. Mit jedem weiteren Halbjahr steigen die Anforderungen um einen Notenpunkt bei den Abiturvorgaben (Q1.2 → Tabellennote 2+ wird als 1+ gesetzt, usw.)*
     - *Die Tabelle wird durch den Fachlehrer um die fehlenden Notenabschnitte ergänzt*

3. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

   Konkretisierung zu 3 und4:

   - *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen bewertet.*
   - *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen.*

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

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

3. Qualitätssicherung und Evaluation

Die Arbeit der Fachkonferenz Sport wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, Fortbildung im Bereich Wintersport, fachkonferenzinterne Fortbildungen, etc.) werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.