

# Schulinterner Lehrplan des Joseph-König-Gymnasiums für das Fach Sport

Sek. II

Joseph-König-Gymnasium  
Holtwicker Straße 3-5  
45721 Haltern am See  
Tel.: 02364/933540

Schuljahr 2021/2022

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	4
1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit.....	4
1.1 Die Fachgruppe Sport am Joseph-König-Gymnasium.....	4
1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung.....	6
1.3 Sportstättenangebot.....	6
2 Unterrichtsvorhaben in der EF.....	7
2.1 Umrissplanung zu den UV in der EF.....	7
2.2 Konkretisierung der Unterrichtsvorhaben in der EF.....	7
3 Unterrichtsvorhaben in der Qualifikationsphase.....	16
3.1 Mögliche Profilkurse in der Qualifikationsphase.....	16
3.2 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 1.....	17
3.3 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 2.....	35
3.4 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 3.....	49
3.5 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 5.....	68
3.6 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 6.....	88
4 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktische Arbeit.....	107
4.1 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung.....	108
4.1.1 Grundsätzliche Absprache.....	110
4.1.2 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung.....	110
4.1.2.1 Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung.....	110
4.1.2.2 Verbindliche und fakultativ verbindliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“.....	110
4.1.2.3 Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“.....	111
4.1.2.4 Absprachen zur Leistungsbewertung in Kursprofilen mit gleicher oder unterschiedlicher intentionaler und inhalt-	

licher Ausrichtung (innerhalb der Qualifikationsphase in der SII).....	112
4.1.2.5 Vergleichbarkeit der Leistungsbewertung, die auf Anforderungen der Bereiche II-III basieren.....	113
4.1.2.6 Beispiele beobachtbaren Verhaltens unter den Pädagogischen Perspektiven.....	114
4.2 Lehr- und Lernmittel.....	116
5 Qualitätssicherung und Evaluation.....	116
6 Anhang.....	117

## **Vorwort**

Das vorliegende schulinterne Curriculum für das Fach Sport in der Sekundarstufe II am Joseph-König Gymnasium in Haltern am See versteht sich als ein dynamisches System. Es soll in den Folgemonaten erprobt und auf seine Angemessenheit und Praktikabilität hin überprüft werden. In diesem Zusammenhang gilt es auch, die den einzelnen Unterrichtsinhalten zugeordneten Kompetenzen und Leistungsbewertungen zu spezifizieren.

Als einziges Bewegungsfach leistet Sport einen spezifischen Beitrag für eine ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung, indem Bewegung, Spiel und Sport als Mittel individueller Entwicklungsförderung eingesetzt werden. Durch den Sportunterricht erschließen sich die Schülerinnen und Schüler die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur. Der Schulsport weckt die Freude an der Bewegung und am gemeinschaftlichen Sporttreiben und eröffnet ihnen einen Weg zu ihrem Sport und zu lebensbegleitendem Sporttreiben. Des Weiteren vermittelt er den Schülerinnen und Schülern die Einsicht, dass kontinuierliches Sporttreiben, verbunden mit einer gesunden Lebensführung, sich positiv auf ihre körperliche, soziale und geistige Entwicklung auswirkt.

Durch den fachspezifischen Beitrag des Sportunterrichts zur Werteerziehung erwerben die Schülerinnen und Schüler persönlichkeitsbildende Schlüsselkompetenzen. Die Erschließung der Bewegungskultur und der Beitrag zur Werteerziehung erfolgen integrativ. Fähigkeiten wie Fairness, Toleranz, Teamgeist, Einschätzen der eigenen Leistung und Leistungsbereitschaft sowie Anstrengungsbereitschaft werden gezielt gefördert und gefestigt. Urteils- und Entscheidungskompetenzen als zentrale Aspekte des Sportunterrichtes werden durch die Vermittlung von Bewegungskompetenzen erlernt. Im Sinne der olympischen Erziehung werden die Schülerinnen und Schüler zur Achtung des Gegners als Partner und dem Respekt vor dessen Würde sowie seinem Recht auf körperliche Unversehrtheit und persönliche Integrität erzogen.

## **1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit**

### **1.1 Die Fachgruppe Sport am Joseph-König-Gymnasium**

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Joseph-König-Gymnasiums 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 zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten

sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.

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

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

Das JKG 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.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie ihnen in der Grundkursen der Einführungsphase sowie im Kurssystem der Qualifikationsphase einen vertieften Einblick in wissenschaftsprägendes Arbeiten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es, Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

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

## **1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung**

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

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich 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.

Verantwortlich für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind der Fachkoordinator Herr Huth und die Fachvorsitzende Frau Stahl.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich ein Leitbild mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule zu entwickeln. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit vorzulegen und regelmäßig im Abstand von 5 Jahren zu evaluieren und fortzuschreiben. Die Schülerinnen und Schüler sowie die Eltern sind an der Evaluation zu beteiligen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung eines Schulsportentwicklungsprogramms, das regelmäßig evaluiert und fortgeschrieben wird. Dazu erstellt sie einen Balkenplan, der die Arbeitsschwerpunkte sowie Entwicklung und Rechenschaftslegung gegenüber der Schulöffentlichkeit darlegt.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans/ Projektmanagements im Rahmen einer systematischen Fachkonferenzarbeit.

Die Fachkonferenz legt der Schulleitung spätestens zum Ende des Schuljahres einen Jahresarbeitsplan über zu entwickelnde Projekte zur Evaluation sowie über die vereinbarten Veranstaltungen/ Schulsporttermine vor. Diese werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn des Schuljahres vorgestellt.

## **1.3 Sportstättenangebot**

### **Sportstätten der Schule:**

- zwei Einfachturnhallen im Vormittagsbereich und zusätzlich eine Dreifachsport-halle im Nachmittagsbereich
- Sportplatz mit 400 m Kunststoffbahn (ab 2022), fünf Sprunggruben mit Anlauf aus Kunststoffbelag, ein Mehrzweckfeld mit Kunststoffbelag und Hochsprunganlage, eine Kugelstoßanlage mit zwei Stoßringen, zwei Rasenfußballplätze und ein Kunstrasenfußballplatz

## Im Umfeld der Schule:

- Nutzung des Hallenbades Aquarell zwei fußläufig erreichbare Einfachturnhallen anderer Schulen bzw. Vereine zur Nutzung bei Mehrfachbelegungen
- Naherholungsgebiet mit Stausee und Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

## 2 Unterrichtsvorhaben in der EF

### 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)

### 2.1 Umrissplanung zu den UV in der EF

siehe Anhang

### 2.2 Konkretisierung der Unterrichtsvorhaben in der EF

#### **Unterrichtsvorhaben I:**

**Thema: Fitnessstudio in der Sporthalle** - Ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Beweglichkeitstraining mit einfachen Mitteln in der Sporthalle planen, durchführen und reflektieren

**Zeitbedarf:** 14 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

- Formen der Fitnessgymnastik
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssitu-

ationen funktionsgerecht anwenden.

**Inhaltsfelder:** f - Gesundheit

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

**Inhaltsfelder:** d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Trainingsplanung und Organisation (d)

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (f – SK)
- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. (d – SK)
- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (f – MK)
- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (f – UK)

### **Absprachen zur Diagnostik:**

Sportmotorische Tests (z.B. Münchner Fitnesstest, Sportmotorischer Test NRW, Tests aus Zeitschriften etc.)

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

z.B. Entwicklung einer Station in einem Parcours

- a) Selbsterklärend (Anweisungen)
- b) Funktionalität
- c) Berücksichtigung von Gefahrenmomenten

Fachbegriffe: Belastungsnormative; allgemeine, spezifische Erwärmung; funktionel-

### **Unterrichtsvorhaben II:**

**Thema: Technik oder Weite?!** – Die neu erlernte Speerwurf-/ Kugelstoßtechnik im Hinblick auf den Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten

**Zeitbedarf:** 16 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

### **Inhaltlicher Kern:**

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

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

### **Inhaltsfelder:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a), Leistung (d)

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

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

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Phasenstruktur von Bewegungen (Meinel)
- Bewegungen beschreiben
- Lernwege [analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode]  
beurteilen

Übergreifend:

- Physik, Mathe: Newton

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema: Höher, schneller, weiter** – für einen Dreikampf trainieren und dabei die eigene konditionelle Leistungsfähigkeit gezielt auch außerhalb des Unterrichts verbessern und das eigene Training dokumentieren und beurteilen

**Zeitbedarf:** 16 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

Leistung (d), Gesundheit (f)

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

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

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Theorie:

- Grundstrukturen des geraden Wurfes (Speer) oder des Kugelstoßes/Weitsprung [Kenntnis der wichtigsten Regeln, Fachbegriffe und Sicherheitsmaßnahmen]
- Belastungsnormative
- anschneiden: Trainingsprinzipien
- Trainingstagebuch

Bewältigung von Mehrkämpfen (Wurf, Weitsprung, 5000m-Lauf)

- Kugelstoßen: Stoßen mit Standstoß und Angleiten **oder** Speerwerfen: Werfen mit bis zu 8 Schritten

- 5000m Lauf (vgl. Tabelle)
- Weitsprung (vgl. Tabelle) [ggf. auch Orientierung an den Weiten, Zeiten des Sportabzeichens]

### **Unterrichtsvorhaben IV:**

**Thema: Miteinander gegeneinander spielen: Vom Einzel zum Doppel** – Erarbeitung und Anwendung von badmintonspezifischen individual- und gruppentaktischen Lösungsmöglichkeiten in Angriff und Abwehr

Zeitbedarf: 16 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

- Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:** e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Inhaltsfelder:** a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (e – SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (e – MK)
- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Er-

lernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. (a – MK)

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- taktisches Verhalten in Angriff und Abwehr unter Berücksichtigung der Spielanlage, der taktischen Auflagen und des positionsspezifischen Spiels,
- Umsetzung von Technik und Taktik in Schlagkombinationen und Komplexübungen sowie im selbständig durchgeführten Einzel und Doppel,
- Einsatzbereitschaft, sportspielspezifische Kondition
- Mitarbeit in Theorie- und Praxisphasen (z.B. Planung und Gestaltung von Aufwärmphasen, Entwicklung von Spielideen, Analyse von Bewegungsabläufen und Spielsituationen, Beteiligung an Unterrichtsgesprächen)

Theorie:

- Unterscheidung von Spiel- und Übungsformen
- Fachbegriffe: badmintonspezifische Bezeichnungen taktischer Verhaltensweisen (z.B. Kompassnadel)
- ggf. Wiederholung und Vertiefung der Bewegungsbeschreibung und der Phasenstruktur von Bewegungen (Meinel)

Lehrmittel:

### **Unterrichtsvorhaben V:**

**Thema: Wie wird denn hier gespielt?!** - Erprobung und Reflexion der Variation konstitutiver Regeln im Basketball zur Findung einer 'optimalen' Wettkampfform für den Kursverband

**Zeitbedarf: 14 Stunden**

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:**

- Mannschaftsspiele (Basketball)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

**Inhaltsfelder:** e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Inhaltsfelder:** c – Wagnis und Verantwortung

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (e – SK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (c – SK)
- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (e – MK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (c – MK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (e – UK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (c – UK)

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- 1:1- Situationen: No action without fake: Durchbruch nach Wurf-/Passfinte und Wurf/Pass nach Durchbruchfinte

- Spiel 3:3: Spielsystem: Give and Go mit Ersetzen
- Abwehrverhalten: Positionierung auf der Ball-Korblinie, tiefer KSP, Gleitschritte

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema: Choreographie in der Step-Aerobic** - Grundlegende Schritte am Stepper erlernen und in einer Kleingruppenchoreographie umsetzen

**Zeitbedarf:** 16 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

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

#### **Inhaltlicher Kern:**

- Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Eine Komposition aus dem Bereich Tanz (Step-Aerobic) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

#### **Inhaltsfelder:**

b - Bewegungsgestaltung, e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien: Formationsaufstellung, Synchronität, Dynamik

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (b – SK)
- Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituation beschreiben (e – SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (b – MK)
- Sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Handlungssituation selbstständig organisieren) (e – MK)
- Eine Gruppenchoreographie anhand von vorher entwickelten Kriterien bewerten (b – UK)

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Beobachtung der Entwicklung der Entstehung einer Kleingruppenchoreographie; individuelle Beiträge zur Entwicklung einer Kleingruppenchoreographie (unterrichtsbegleitend)
- Individuelle Note (punktuell): technische Richtigkeit der Schritte, Ausgestaltung der Schritte, Körperspannung, Ausdruck, Dynamik
- Gruppennote (punktuell): Umsetzung der Gestaltungskriterien (z.B. Raumwege, Formation, Synchronität)

### **3 Unterrichtsvorhaben in der Qualifikationsphase**

#### **3.1 Mögliche Profilkurse in der Qualifikationsphase**

Die Schülerinnen und Schüler des JKG können zum Ende der Einführungsphase folgende Profilkurse wählen:

1	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)</li><li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Handball)</li><li>• Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</li></ul>
2	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)</li><li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball)</li><li>• Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</li></ul>
3	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)</li><li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</li><li>• Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)</li></ul>
4	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)</li><li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)</li><li>• Bewegen im Wasser – Schwimmen</li></ul>
5	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)</li><li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</li><li>• Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)</li></ul>

6	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)</li> <li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</li> <li>• Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Basketball)</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)</li> <li>• Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</li> <li>• Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Volleyball)</li> </ul>

### 3.2 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 1

<b>Qualifikationsphase (Q1)</b> <b>1. Halbjahr</b>
<p><b><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></b></p> <p><b>Thema: „Beharrlich ein Ziel verfolgen und eigenverantwortlich trainieren“</b> - Erarbeitung und Erprobung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden mit dem Ziel der Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen</p>
<p><b>Bewegungsfeld/ Sportbereich:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b> (Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten).</li> </ul>
<p><b>Inhaltsfelder:</b> d - Leistung</p> <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsplanung und Organisation</li> <li>• Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</li> </ul>

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen

**Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen,
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:****Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

5000m-Lauf, Coopertest (fakultativ), Conconitest (fakultativ), Shuttle-Runtest

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2:**

**Thema: „Spieltaktik I: Tore erzielen - Tore verhindern“** – Thematisierung der zentralen Spielidee des Handballspiels sowie der Veränderung der Spiel- und Regelstrukturen zur Verbesserung der Spielfähigkeit

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

### **Inhaltsfelder:**

e – Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

1. Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
2. Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Beiträge zur Veränderung der Spiel- und Regelstrukturen, Entwicklung von Spielformen

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 3:**

**Thema: „Wie wird denn hier gespielt?!“** – Aufarbeitung der Zusammenhänge von Spielidee und Spielregeln – Vergleich von Handball und Tchouckball (Schwerpunkt) unter besonderer Berücksichtigung der Regelsystematik nach Digel

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

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

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

### **Inhaltsfelder:**

e – Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

3. Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
4. Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Beiträge zur Veränderung der Spiel- und Regelstrukturen, Entwicklung von Spielformen

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 4:**

**Thema: „Wie erlerne ich eine Zieltechnik?“** – Die Organisation des Erlernens komplexer geschlossener Fertigkeiten und deren Beschreibung (Meinel, Schnabel) anhand der Disziplinen **Hochsprung und Kugelstoßen**

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

### **Inhaltlicher Kern:**

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

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

### **Inhaltsfelder:**

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Inhaltsfelder:**

d – Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

5. Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben
6. Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur,

biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern

7. Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio),

**Absprachen zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Technikdemonstration

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 5:**

**Thema: „Bewegungen erlernen und verbessern“** - Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten des Handballspiels unter besonderer Berücksichtigung Neumaiers KAR Modells, sowie erster Individual- und Gruppentaktiken in Angriff und Abwehr

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe taktisch angemessenen Wettkampfverhaltens bewältigen.

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Inhaltsfelder:**

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden

**Absprachen zur Diagnostik:****Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben 6:**

**Thema: „Ballkorobics“** - Einführung in grundlegende Bewegungsprinzipien der Fitnesssportart BallKoRobics und deren Realisierung in einer selbstentwickelten Choreographie über den Weg der Reproduktion, Neugestaltung und Umgestaltung

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen

**Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-kordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

### **Inhaltsfelder:**

b – Bewegungsgestaltung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien

### **Inhaltsfelder:**

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

8. Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
9. Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
10. Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen
11. Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Gruppenpräsentation einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

#### Unterrichtsvorhaben 7:

**Thema: „Spieltaktik II“** - Erweitern einfacher taktischer Handlungsspielräume im Handball in 1:1, 2:1, 2:2 und 3:2 Situationen (Offensive und Defensive)

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Überprüfung taktischer Fertigkeiten im Handball in 1:1, 2:1, 2:2 oder 3:2 Situationen anhand verschiedener Spielformen

# Qualifikationsphase (Q1)

## 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 8:**

**Thema:** Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfs nach Wahl aus den Disziplinen Lauf (100m, 200m, 400m, 800, 1500m), Sprung (Hoch- und Weitsprung) und Wurf/Stoß (Kugelstoßen) zur Einschätzung der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit im Vergleich zu Gleichaltrigen

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

### **Inhaltlicher Kern:**

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

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Dreikampf nach Wertungstabellen

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 9:**

**Thema:** Erweiterung des leichtathletischen Dreikampfs zu einem leichtathletischen Fünfkampf unter Hinzunahme weiterer Disziplinen (Wurf/Stoß (z.B. Speer, Diskus) und Hindernislauf/ Hürdenlauf)

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

d – Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/ koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Mehrkampf nach Wertungstabellen

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 10:**

**Thema: "Spielen wie Pommes und Kretschke - Die Spielauffassung des modernen Handballspiels verstehen und umsetzen"** - Erweiterung des bisherigen Handballspiels durch Hinzunahme des internationalen Regelwerks sowie das Finden und Verstehen der individuellen Position innerhalb festgelegter Mannschaftsstrukturen.

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Fairness und Aggression im Sport

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

# **Qualifikationsphase (Q2)**

## **1. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben 11:**

**Thema: Spieltaktik III "Angriff contra Abwehr - eigene und gegnerische Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen"** - Allgemeine Taktiken in Angriff und Abwehr kennen lernen und festigen, über das Trainieren und Erlernen von Spielzügen von der Gruppen- zur situationsgerechten Mannschaftstaktik finden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Fairness und Aggression im Sport

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

**Absprachen zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 12:**

**Thema: Spieltaktik IV** - Analysieren und Erweitern komplexerer mannschaftstaktischer Handlungsalternativen im Spiel 7:7 unter besonderer Berücksichtigung grundlegender sozialpsychologischer Aspekte des Sports

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

c - Wagnis und Verantwortung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen
- Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen

**Absprachen zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 13:**

**Thema: "Vielfältige Spiel- und Übungsformen zur allgemeinen Verbesserung der Kraft- und Ausdauerfähigkeit"** - Kraft und Ausdauer als Voraussetzung für die handballerische Leistungsfähigkeit differenziert verstehen und einschätzen lernen sowie Grundsätze des Kraft- und Ausdauertrainings kennen und anwenden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Handball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 14:**

**Thema: "Laufen, Springen, Werfen wie die alten Griechen"** - Entwicklung eines Wettbewerbes mit historischen oder alternativen leichtathletischen Bewegungsformen

**Zeitbedarf:**

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe oder historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 15:**

**Thema: Selbstbestimmung und Mitverantwortung im Lernprozess** - Wiederholung und Vertiefung nach Wahl der SuS als Vorbereitung auf die wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung im Handball und in der Leichtathletik

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele  
und/oder

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

nach Wahl der SuS

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- nach Wahl der SuS

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach Wahl der SuS

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach Wahl der SuS

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- nach Wahl der SuS

#### **Abspraken zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung

### 3.3 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 2

## Qualifikationsphase (Q1)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Thema: Beharrlich ein Ziel verfolgen und eigenverantwortlich trainieren** - Erarbeitung und Erprobung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden mit dem Ziel der Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen und der Diskussion um Doping im Leistungssport

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten),

---

#### **Inhaltsfelder:**

d Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Trainingsplanung und -organisation

#### **Inhaltsfelder:**

f Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u. a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern,

zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern,

Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen,

die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),

Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

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

positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mithilfe von Erklärungsmodellen beurteilen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- Analyse der Herzfrequenz bei Ruhe, direkt nach der Belastung und zwei Minuten nach einer Belastung zu Beginn des Vorhabens
- Durchführung des Cooper- und evtl. des Conconi-Tests

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte, angepasste Tabellen für die Leichtathletik und den 5000m-Lauf
- vgl. in der Fachkonferenz getroffene Vereinbarung: 60-Minuten-Dauerlauf ohne Pause =>

„sehr gut“, 50-Minuten-Dauerlauf ohne Pause => „gut“, usw.

## Qualifikationsphase (Q1)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2:**

#### **Bewegungslehre: Bewegungen erlernen und verbessern -**

Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten im Fußball unter besonderer Berücksichtigung Neumaiers KAR-Modells

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Fußball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

---

#### **Inhaltsfelder:**

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- (Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit)

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- (Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur) erläutern,
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden,
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben,
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen,
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- Testung der Anwendung koordinativer Fähigkeiten in Stationsarbeit mit anschließender Zuordnung der Fähigkeiten zu den durchgeführten Bewegungsaufgaben

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Überprüfung technischer Grundfertigkeiten anhand eines Dribblingparcours mit anschließendem Doppelpass und Torschuss

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 3:**

Erweitern einfacher taktischer Handlungsspielräume im Fußball in 1:1 und 2:2 Situationen (Offensive und Defensive)

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Fußball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

**Inhaltsfelder:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Überprüfung taktischer Fertigkeiten im Fußball in 1:1- und 2:2- Situationen anhand verschiedener Spielformen

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 4:**

Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfs zur Einschätzung der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit im Vergleich zu Gleichaltrigen

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus

Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/

Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit

organisieren und durchführen,

#### **Inhaltsfelder:**

d Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen

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

**Absprachen zur Diagnostik:**

- Mögliche Videoanalyse beim Hoch- und Weitsprung sowie beim Kugelstoßen

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte, angepasste Tabellen für die Sprint-, Sprung- und Wurfdisziplinen

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben 5:**

**Wie wird denn hier gespielt?!** - Aufarbeitung der Zusammenhänge von Spielidee und Spielregeln - Rugby und/oder Unihockey unter besonderer Berücksichtigung der Regelsystematik nach Digel

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:**

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Rugby/Ultimate)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

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

**Inhaltsfelder:**

e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Inhaltsfelder:**

d – Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen

**Absprachen zur Diagnostik:**

- Permanente Reflexion des taktischen Verhaltens in den Spielsituationen mithilfe des Freeze-Signals

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Überprüfung der Spielfähigkeit von Rugby und/oder Ultimate im mit besonderem Fokus auf technische Fertigkeiten und mannschaftstaktisches Verhalten

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 6:**

**Wie erlerne ich eine Zieltechnik?** - Die Organisation des Erlernens komplexer geschlossener Fertigkeiten und deren Beschreibung (Meinel, Schnabel) anhand der Einführung in die Disziplin Speerwurf und der Bewegungskorrektur durch die Mitschüler

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

---

#### **Inhaltsfelder:**

d Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern,  
die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),

Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a.

konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

- gegenseitige Videoanalyse der Dreischritttechnik und Vergleich dieser mit einer vorgegebenen Phasenstruktur mit besonderem Fokus auf die Vermeidung gängiger Fehlerbilder

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Technikprüfung des Speerwurfes im Dreischrittrhythmus mit besonderem Fokus auf die Schrittabfolge inkl. Stemmschritt, dem sukzessiven Eindrehen von speerfernen zu speernahe-  
hen Gliedmaßen, der Nutzung der Bogenspannung, des Abwurfes über dem Kopf und dem richtigen Winkel des Abwurfes und der Landung des Speeres

## **Qualifikationsphase (Q2)**

### **1. Halbjahr**

#### **Unterrichtsvorhaben 7:**

**11 Freunde müsst ihr sein!?** - Analysieren und Erweitern komplexerer mannschaftstaktischer Handlungsalternativen im Spiel 11:11 unter besonderer Berücksichtigung grundlegender sozialpsychologischer Aspekte des Sports

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Fußball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Inhaltsfelder:**

c - Wagnis und Verantwortung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- permanente Reflexion des Stellungspiels im Defensivverhalten, z.B. beim Verschieben bei der Umsetzung der Viererkette

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Überprüfung mannschaftstaktischer Fertigkeiten im Zielspiel und Überprüfung gruppentaktischer Fertigkeiten im Fußball in einzelnen komplexen Situationen anhand verschiedener Spielformen

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 8:**

**Orientierungslauf und Ropeskipping**-Förderung der Ausdauerleistungsfähigkeit durch alternative (leichtathletische) Wettbewerbe

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

#### **Inhaltlicher Kern:**

Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

#### **Inhaltsfelder:**

b - Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltungskriterien

#### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

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

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen,
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mithilfe von Erklärungsmodellen erläutern,
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben 9:**

**Selbstbestimmung und Mitverantwortung im Lernprozess** - Wiederholung und Vertiefung nach Wahl der SuS als Vorbereitung auf die wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung im Fußball und in der Leichtathletik

**Zeitbedarf:** 10-15 Stunden

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

und/oder

Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:**

nach Wahl der SuS

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)  
nach Wahl der SuS

**Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach Wahl der SuS

**Inhaltsfelder:**

d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach wahl der SuS

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- nach Wahl der SuS

**Absprachen zur Diagnostik:****Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

Wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung

### 3.4 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 3

## Qualifikationsphase (Q1)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

„**Handgerät Band - Nachgestalten, Umgestalten, Neugestalten**“ Eine Choreografie mit einem Handgerät unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Raum und Dynamik sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die Umsetzung verschiedener Partnerbezüge präsentieren und beurteilen.

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

#### **Inhaltlicher Kern:**

Gymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- Objekte und Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen
- Ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

#### **Inhaltsfelder:**

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegung, biomechanische Grundlagen

#### **Inhaltsfelder:**

b- Bewegungsgestaltung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien
- Improvisation und Variation von Bewegung

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben,
- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben,
- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien
- Ausführungskriterien Band (z.B. kein Knallen, keine Knotenbildung, ganzes Band ständig in Bewegung, keine ungewollte Bodenberührung, keine ungewollte Körperberührung)

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Gymnastische Präsentation mit Partner (punktuell)
- Bewegungskomposition und Improvisation (begleitend)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2:**

**Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten im Badminton unter besonderer Betrachtung der koordinativen Fähigkeiten (u.a. KAR-Modell)**

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

### **Inhaltsfelder:**

a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; (biomechanische Grundlagen)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur) erläutern,
  - Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden,
  - unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben,
  - unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen,
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren
- Überprüfungsform vgl. „einfache Spielform miteinander“: „lang, lang, kurz“ (Schwerpunkt: hohe Angabe, VhÜk-Clear nach Lauf ins Hinterfeld und Umsprung, VhÜk-Drop)

## Qualifikationsphase (Q1)

### 1. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben 3:**

„Zumba - Tanz dich fit!“ Neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba erproben, anhand von Videovorlagen erarbeiten, der Gruppe präsentieren und abschließend die gesundheitliche Wirkung als auch den Nutzen des Zumba Trends beurteilen.

**Zeitbedarf:** 10-15 Stunden

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

**Inhaltlicher Kern:**

Tanz

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren

- ren und präsentieren
- Selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren

**Inhaltsfelder:**

d- Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

**Inhaltsfelder:**

F - Gesundheit

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien
- Zumba Grundschrirte

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- tänzerische Präsentation in der Gruppe

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben 4:

#### **Erweitern einfacher taktischer Handlungsspielräume im Badminton-Einzel**

**Zeitbedarf:** 10 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,

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

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel (Einnahme der Zentralen Position, Variation der Schläge, Spielen auf die Rückhand u.a.)

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 5:**

**„Modernes Tanzen: Jazz Dance und kreative Tanzgestaltung“** – Gestaltung einer Jazz Dance (Groß-)Gruppenchoreografie unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien Zeit und Dynamik

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

#### **Inhaltlicher Kern:**

Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

#### **Inhaltsfelder:**

b- Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien
- Improvisation und Variation von Bewegung

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten,

neugestalten) unterschieden

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien
- Jazz Dance Merkmale (Isolation, Anspannung-Entspannung, Levels, Sprünge)

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- tänzerische Präsentation in der Großgruppe (punktuell)
- Bewegungskomposition (begleitend)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 6a:**

**“Wie wird denn hier gespielt?!”** - Aufarbeitung der Zusammenhänge von Spielidee und Spielregeln - Die Rückschlagspiele Badminton-Doppel und Indiaca (Schwerpunkt) unter besonderer Berücksichtigung der Regelsystematik nach Digel

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (Indiaca)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen,
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Doppel (Kompassnadeltaktik u.a.)

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Doppel (Kompassnadeltaktik u.a.)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 6b:**

#### **Analysieren und Erweitern komplexerer taktischer Handlungsalternativen im Badminton**

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- 
- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel
- Evaluation der Arbeit der Schüler\*innen mit dem Diagnosebogen anhand einer Zielscheibenabfrage

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel
- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren
- Überprüfungsform vgl. „komplexe Spielform vom Miteinander zum Gegeneinander im Einzel“: „lang, lang, kurz, dann Unterhandschlag und anschließend Ausspielen des Punktes“ (Schwerpunkt Spielverhalten)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 7:**

**“Impovisation - wie soll ich mich jetzt bewegen?”** Erarbeitung verschiedener Möglichkeiten der Tanzimprovisation unter Fokussierung der gebundenen Improvisation mithilfe verschiedener Bewegungsanlässe unter Berücksichtigung der bereits bekannten Gestaltungskriterien.

**Zeitbedarf:** 10 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

#### **Inhaltlicher Kern:**

Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren

#### **Inhaltsfelder:**

b- Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien
- Improvisation und Variation von Bewegung

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- ästhetisch-gestalterische Improvisation aus dem Bereich Bewegungskünste mit themengebundener Aufgabenstellung

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben 8:**

**2 Freunde müsst ihr sein!?** - Analysieren und Erweitern komplexerer gruppentaktischer Handlungsalternativen im Badminton-Einzel und -Doppel unter besonderer Berücksichtigung grundlegender sozialpsychologischer Aspekte des Sports

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

**Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

- Fairness und Aggression im Sport

### **Inhaltsfelder:**

c - Wagnis und Verantwortung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Doppel
- Evaluation der Arbeit der Schüler\*innen mit dem Diagnosebogen anhand einer Zielscheibenabfrage

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel
- Überprüfungsform vgl. „komplexe Spielform vom Miteinander zum Gegeneinander im Doppel“ (Hosenträgerspiel): kurz, kurz, lang, kurz; kurze Angabe mit der Rückhand, kurzer Return (Push ins Halbfeld) auf den „Mixed Point“, langer Unterhand-Clear, VhÜk-Drop, dann Ausspielen des Punktes (Schwerpunkt: Verschieben der Angriffs- und Abwehraufstellung im einstufigen Teil sowie im Teil des freien Spiels)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 9:**

**“Musical Dance - Wir tanzen euch eine Geschichte!”** Von der Improvisation zur Gestaltung - Ein Musical Thema (Geschichte) tänzerisch umsetzen und auf der Grundlage selbstgesteuerten Lernens entwerfen, verschriftlichen, üben, präsentieren und beobachten.

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

#### **Inhaltlicher Kern:**

Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- Objekte und Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen
- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen
- Selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren

#### **Inhaltsfelder:**

C - Wagnis und Verantwortung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns

#### **Inhaltsfelder:**

b- Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien
- Improvisation und Variation von Bewegung

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Tänzerische Präsentation in der Gruppe (punktuell)
- Bewegungskomposition und Improvisation (begleitend)
- Erstellung eines Handlungsplans

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 10:**

**Selbstbestimmung und Mitverantwortung im Lernprozess** - Wiederholung und Vertiefung nach Wahl der SuS als Vorbereitung auf die wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung im Bewegungsfeld Gymnastik/Tanz und Badminton

**Zeitbedarf:** 10-15 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste  
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

Tanz

Gymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)  
nach Wahl der SuS

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

nach Wahl der SuS

#### **Inhaltsfelder:**

b- Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach Wahl der SuS

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- nach Wahl der SuS

**Absprachen zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**  
(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

### 3.5 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 5

## Qualifikationsphase (Q1)

### 1. Halbjahr

#### ***Unterrichtsvorhaben I:***

Erarbeitung und Erprobung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden mit dem Ziel der Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen und Schwimmen

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten.

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

#### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen,
  
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

## **Absprachen zur Diagnostik:**

- Cooper Test

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte, angepasste Tabellen für die Leichtathletik und den 5000m-Lauf
- vgl. in der Fachkonferenz getroffene Vereinbarung: 60-Minuten-Dauerlauf ohne Pause => „sehr gut“, 50-Minuten-Dauerlauf ohne Pause => „gut“, usw.

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2:**

Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten im Badminton unter besonderer Betrachtung der koordinativen Fähigkeiten (u.a. KAR-Modell)

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

### **Inhaltsfelder:**

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; (biomechanische Grundlagen)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur) erläutern,
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden,
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben,
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen,
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

#### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren

#### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren
- Überprüfungsform vgl. „einfache Spielform miteinander“: „lang, lang, kurz“ (Schwerpunkt: hohe Angabe, VhÜk-Clear nach Lauf ins Hinterfeld und Umsprung, VhÜk-Drop)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 3:**

**Erweitern einfacher taktischer Handlungsspielräume im Badminton-Einzel**

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

Bewegungsfeldspezifische WettkampfregeIn erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,

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

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel (Einnahme der Zentralen Position, Variation der Schläge, Spielen auf die Rückhand u.a.)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Gesund durch Sport, krank durch Sport? Die Ambivalenz sportlichen Handelns** - Ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Beweglichkeitstraining im Fitnessstudio und in der Sporthalle planen, durchführen und reflektieren unter besonderer Berücksichtigung ausgewählter Gesundheitsmodelle

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

### **Inhaltlicher Kern:**

- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden,
- unterschiedliche Dehnmethoden (u. a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern,
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen,
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen,
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern,
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- Sportmotorischer Test NRW

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2a:**

**Wie wird denn hier gespielt?!** - Aufarbeitung der Zusammenhänge von Spielidee und Spielregeln  
- Die Rückschlagspiele Badminton-Doppel und Indiaka (Schwerpunkt) unter besonderer Berücksichtigung der Regelsystematik nach Digel

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (Indiaca)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen,
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Doppel (Kompassnadeltaktik u.a.)

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Doppel (Kompassnadeltaktik u.a.)

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2b:**

Analysieren und Erweitern komplexerer taktischer Handlungsalternativen im Badminton

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

## **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel
- Evaluation der Arbeit der Schüler\*innen mit dem Diagnosebogen anhand einer Zielscheibenabfrage

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel
- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren
- Überprüfungsform vgl. „komplexe Spielform vom Miteinander zum Gegeneinander im Einzel“: „lang, lang, kurz, dann Unterhandschlag und anschließend Ausspielen des Punktes“ (Schwerpunkt Spielverhalten)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Trendsport Tai-Bo** - Erarbeitung, Präsentation und Beurteilung einer Tai-Bo-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums "Zeit" sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Tai-Bo-Schritte

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

Formen der Fitnessgymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen.

---

#### **Inhaltsfelder:**

b - Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern,
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien
- vgl. Tai-Bo Reader

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2:**

**2 Freunde müsst ihr sein!?** - Analysieren und Erweitern komplexerer gruppentaktischer Handlungsalternativen im Badminton-Einzel und -Doppel unter besonderer Berücksichtigung grundlegender sozialpsychologischer Aspekte des Sports

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen.

---

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

#### **Inhaltsfelder:**

c - Wagnis und Verantwortung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.

## **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Doppel
- Evaluation der Arbeit der Schüler\*innen mit dem Diagnosebogen anhand einer Zielscheibenabfrage

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarter Diagnosebogen mit Kriterien und Indikatoren zum Spielverhalten im Einzel
- Überprüfungsform vgl. „komplexe Spielform vom Miteinander zum Gegeneinander im Doppel“ (Hosenträgerspiel): kurz, kurz, lang, kurz; kurze Angabe mit der Rückhand, kurzer Return (Push ins Halbfeld) auf den „Mixed Point“, langer Unterhand-Clear, VhÜk-Drop, dann Ausspielen den Punktes (Schwerpunkt: Verschieben der Angriffs- und Abwehraufstellung im einstudierten Teil sowie im Teil des freien Spiels)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Traumreise: Wer einschläft bekommt ne Eins** - Planung, Durchführung und Bewertung unterschiedlicher Verfahren zur Entspannung unter besonderer Beruckichtigung der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson

**Zeitbedarf:** 10-15 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)  
selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

---

#### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern,
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen

gen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2:**

**Selbstbestimmung und Mitverantwortung im Lernprozess** - Wiederholung und Vertiefung nach Wahl der SuS als Vorbereitung auf die wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung im Basketball

**Zeitbedarf:** 10-15 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

und/oder

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

nach Wahl der SuS

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)  
nach Wahl der SuS

---

#### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

nach Wahl der SuS

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach Wahl der SuS

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- nach Wahl der SuS

**Absprachen zur Diagnostik:****Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## 3.6 Beispielhafte Ausarbeitung des Profilkurses 6

### Qualifikationsphase (Q1)

#### 1. Halbjahr

##### ***Unterrichtsvorhaben I:***

**Beharrlich ein Ziel verfolgen und eigenverantwortlich trainieren** - Erarbeitung und Erprobung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden mit dem Ziel der Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit im Laufen und Schwimmen

**Zeitbedarf:** ca. 15-20 Stunden

##### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

##### **Inhaltlicher Kern:**

Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

##### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten.

##### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

##### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

##### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

##### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen,
  
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

---

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- Cooper Test

---

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte, angepasste Tabellen für die Leichtathletik und den 5000m-Lauf
- vgl. in der Fachkonferenz getroffene Vereinbarung: 60-Minuten-Dauerlauf ohne Pause => „sehr gut“, 50-Minuten-Dauerlauf ohne Pause => „gut“, usw.

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2a:**

***Spielen wie Michael "Air" Jordan*** - Erlernen und Festigen technischer Grundfertigkeiten im Basketball unter besonderer Betrachtung der koordinativen Fähigkeiten (u.a. KAR-Modell)

**Zeitbedarf:** ca. 20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Basketball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

### **Inhaltsfelder:**

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens
- Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; (biomechanische Grundlagen)
- Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben,
- grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur; [biomechanische Gesetzmäßigkeiten]) erläutern,
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden,
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. vereinbarter Basketballparcours: Wurf an die Wand, Rebound und Sternschritt, Slalomdribbling mit Handwechsel, Tempovariation und anschließendem Korbleger, Tempodribbling mit anschließendem 2-Kontakt-Stopp und Sprungwurf

# Qualifikationsphase (Q1)

## 1. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2b:**

**Erweitern einfacher technischer und taktischer Handlungsspielräume im Basketball in 1:1 und 2:2 Situationen**

**Zeitbedarf:** ca. 20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Basketball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

**Inhaltsfelder:** e – Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,

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

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“
- Überprüfungsspielform 2:2 (vgl. „einfache Spielform“ der fakultativen Prüfung im Abitur)

## **Qualifikationsphase (Q1)**

### **2. Halbjahr**

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Gesund durch Sport, krank durch Sport? Die Ambivalenz sportlichen Handelns** - Ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Beweglichkeitstraining im Fitnessstudio und in der Sporthalle planen, durchführen und reflektieren unter besonderer Berücksichtigung ausgewählter Gesundheitsmodelle

**Zeitbedarf:** ca. 20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden,
- unterschiedliche Dehnmethoden (u. a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

---

#### **Inhaltsfelder:**

f – Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

### **Inhaltsfelder:**

#### d - Leistung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern,
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen,
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen,
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern,
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- Sportmotorischer Test NRW

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

# Qualifikationsphase (Q1)

## 2. Halbjahr

### **Unterrichtsvorhaben 2a:**

**Wie wird denn hier gespielt?!** - Aufarbeitung der Zusammenhänge von Spielidee und Spielregeln - Korfball und Streetball (Schwerpunkt) unter besonderer Berücksichtigung der Regelsystematik nach Digel

**Zeitbedarf:** ca. 20 Stunden

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

### **Inhaltlicher Kern:**

Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen,
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.

### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Inhaltsfelder:**

d - Leistungsbewertung

### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio),
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

## **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- Überprüfungsspielform: 3:3 mit Fast Break und 3:2 Überzahl (vgl. „komplexe Spielform“ der fakultativen Prüfung im Abitur)

## Qualifikationsphase (Q1)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2b:**

Analysieren und Erweitern komplexerer mannschaftstaktischer Handlungsalternativen im Spiel 3:3

**Zeitbedarf:** ca. 20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Basketball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistungsbewertung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Trainingsplanung und -organisation

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio).

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“
- Evaluation der Arbeit der Schüler\*innen mit dem Diagnoseskript anhand einer Zielscheibenabfrage

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“
- Überprüfungsspielform: 3:3 mit Fast Break und 3:2 Überzahl (vgl. „komplexe Spielform“ der fakultative Prüfung im Abitur)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Trendsport Tai-Bo** - Erarbeitung, Präsentation und Beurteilung einer Tai-Bo-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums "Zeit" sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Tai-Bo-Schritte

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

Formen der Fitnessgymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen.

---

#### **Inhaltsfelder:**

b - Bewegungsgestaltung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Gestaltungskriterien

#### **Inhaltsfelder:**

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern,
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben,
- grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben.

### **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien
- vgl. Tai-Bo Reader

### **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz vereinbarte Gestaltungs- und Ausführungskriterien

## Qualifikationsphase (Q2)

### 1. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2:**

**5 Freunde müsst ihr sein!?** - Analysieren und Erweitern komplexerer mannschaftstaktischer Handlungsalternativen im Spiel 5:5 unter besonderer Berücksichtigung grundlegender sozialpsychologischer Aspekte des Sports

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

#### **Inhaltlicher Kern:**

Mannschaftsspiele (Basketball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)

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

#### **Inhaltsfelder:**

e – Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

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

#### **Inhaltsfelder:**

c – Wagnis und Verantwortung

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden,
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen,
- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen,
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.

## **Absprachen zur Diagnostik:**

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“

## **Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

- vgl. in der Fachkonferenz verabschiedetes Diagnoseskript „Spielverhalten auf den Positionen Aufbau und Flügel“

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 1:**

**Traumreise: Wer einschläft bekommt ne Eins** - Planung, Durchführung und Bewertung unterschiedlicher Verfahren zur Entspannung unter besonderer Berücksichtigung der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson

**Zeitbedarf:** 15-20 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)  
selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

---

#### **Inhaltsfelder:**

f - Gesundheit

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern,
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern,
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen,
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen

gen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

**Absprachen zur Diagnostik:**

**Absprachen zur Leistungsbewertung:**

(punktuell/ unterrichtsbegleitend)

## Qualifikationsphase (Q2)

### 2. Halbjahr

#### **Unterrichtsvorhaben 2:**

**Selbstbestimmung und Mitverantwortung im Lernprozess** - Wiederholung und Vertiefung nach Wahl der SuS als Vorbereitung auf die wettkampfbezogene oder fakultative Leistungsüberprüfung im Basketball und im BF 1

**Zeitbedarf:** 10-15 Stunden

---

#### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

und/oder

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

#### **Inhaltlicher Kern:**

nach Wahl der SuS

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

(Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz)  
nach Wahl der SuS

---

#### **Inhaltsfelder:**

e - Kooperation und Konkurrenz

#### **Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach Wahl der SuS

#### **Inhaltsfelder:**

d - Leistung

**Inhaltliche Schwerpunkte:**

- nach wahl der SuS

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

(Sachkompetenz, Methodenkompetenz, Urteilskompetenz)

- nach Wahl der SuS

**Absprachen zur Diagnostik:****Absprachen zur Leistungsbewertung:** (punktuell/ unterrichtsbegleitend)

#### **4 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit**

In Absprache mit der Lehrerkonferenz sowie unter Berücksichtigung des Schulprogramms hat das JKG die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen.

In diesem Zusammenhang beziehen sich die Grundsätze 1 bis 14 auf fächerübergreifende Aspekte, die auch Gegenstand der Qualitätsanalyse sind, die fachspezifischen Grundsätze folgen im Anschluss.

##### Überfachliche Grundsätze:

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

## Fachliche Grundsätze

Der Sportunterricht am JKG folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach- Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs – auch bei Sport als viertem Abiturfach – bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. Im Grundkurs werden sie nur dann gestellt, wenn sie der Vorbereitung des Unterrichts dienen oder die im Unterricht initiierten Prozesse der Vertiefung oder Dokumentation bedürfen.

### 4.1 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen.

Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das Lerngruppen übergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

#### 4.1.1 Grundsätzliche Absprachen

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

- Die Leistungsbewertung/ Notengebung im Fach Sport erfolgt ausschließlich im Beurteilungsbereich „Sonstige Mitarbeit“ im Unterricht. Für Schülerinnen und Schüler, die das 4. Abiturfach in Sport belegen, erfolgt die Leistungsbewertung/ Notengebung auch durch Klausuren bzw. Fachpraktische Prüfungen. Alle Sportkurse in der Einführungsphase bieten für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben. Die in der Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen - insbesondere auch in den Klausuren - eng zusammen. Schülerinnen und Schüler, die das 4. Abiturfach in Sport belegen, schreiben in der Qualifikationsphase je zwei materialgebundene Klausuren pro Halbjahr (Ausnahme 2. Halbj. Q2). (mögliche Inhalte s. 2.3.2 F)
- Leistungsbewertung und -rückmeldung beziehen sich auf den Erreichungsgrad der im Kernlehrplan ausgewiesenen Kompetenzen (Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Methodenkompetenz und Urteilskompetenz) und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung.
- Die Grundsätze der Leistungsbewertung werden den Schülerinnen und Schülern immer zum Schuljahresbeginn, bei Lehrerwechsel auch zum Halbjahresbeginn mitgeteilt. Ein Hinweis darauf wird im Kurs-/Klassenbuch vermerkt. — Die Erziehungsberechtigten werden im Rahmen der Elternmitwirkung informiert.
- Kriterien der Leistungsbewertung im Zusammenhang mit konkreten, insbesondere offenen Arbeitsformen werden den Schülerinnen und Schülern grundsätzlich transparent gemacht.
- Benotet wird nur das, was Gegenstand des Unterrichts war und genügend Raum zum Üben erhalten hat. (ggf. durch eigenständige Vorbereitung außerhalb des Sportunterrichts bei Ausdauerleistungen)
- Jede Lehrerin/ jeder Lehrer dokumentiert regelmäßig die von den Schülerinnen und Schülern erbrachten Leistungen.
- Die Leistungsrückmeldung erfolgt in regelmäßigen Abständen (zumindest zum Quartalsende) in schriftlicher oder mündlicher Form.
- Eltern erhalten bei Elternsprechtagen sowie im Rahmen regelmäßiger Sprechstunden Gelegenheit, sich über den Leistungsstand ihrer Kinder zu informieren und dabei Perspektiven für die weitere Lernentwicklung zu besprechen.
- Im Rahmen des leichtathletischen Mehrkampfes in der EF, zu Beginn des 1. Halbjahrs der Q1 sowie zu Beginn des 1. Halbjahres der Q2 (bzw. zum Ende des 2. Halbjahres der Q1) wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Faches Sport als 4. Abiturfach von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht.

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

#### **4.1.2 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung**

##### **4.1.2.1 Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung** (die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können)

Bewertet wird, wie die Schülerin/der Schüler

- Bewegungskönnen zeigt (u.a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
- sportliches Können weiterentwickelt und motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert,
- sportliches Handeln zusammen mit anderen regelt,
- sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
- Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt, Erfahrungen und Kenntnisse strukturiert wiedergibt und Sachzusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutert.

##### **4.1.2.2 Verbindliche und fakultativ verbindliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“**

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

Konkretisierung:

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

Konkretisierung:

- Als Orientierung dienen die entsprechenden Indikatoren zum Arbeits- und Sozialverhalten (ehem. „Kopfnote“). Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation s. unten.
- Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden
- Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung:

- Überprüfungsformen zu 4. sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.

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

<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>
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.
<b>befriedigend</b>	<b>ausreichend</b>
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.
<b>mangelhaft</b>	<b>ungenügend</b>
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.

#### 4.1.2.4 Absprachen zur Leistungsbewertung in Kursprofilen mit gleicher oder unterschiedlicher intentionaler und inhaltlicher Ausrichtung (innerhalb der Qualifikationsphase in der SII)

Bewegungsfelder	Pädagogische Perspektiven			
	Bereich I	gleich	nicht gleich	Kommentar
Gleich, auch in der Auswahl der Profilbildenden Gegenstandsbereiche	x		Alle Absprachen zu I + II müssen eingehalten werden. <b>Zusätzlich:</b> Die quantitativen Leistungen müssen nach den gleichen Normtabellen bewertet werden und die Aspekte des „Beobachtbaren Verhaltens“ unter der pädagogischen Perspektive sind verpflichtend (vgl. Anhang).	Laufen, Springen, Werfen... unter der PP D und unter Berücksichtigung der LA Schultabelle
Gleich, auch in der Auswahl der profilbildenden Gegenstandsbereiche		x	Die pädagogische Perspektive bestimmt die Leistungsanforderungen. Alle Absprachen unter I + II müssen eingehalten werden. <b>Zusätzlich:</b> Quantitative Messungen und sportmotorisches Können werden unter bestimmten Bedingungen gleich bewertet.	Laufen, Springen, Werfen... unter PP D bzw. F und Durchführung eines Coopertests (Schultabelle) für beide PP
Gleich, jedoch ungleich in der Auswahl der profilbildenden Gegenstandsbereiche	x		Die pädagogische Perspektive bestimmt die Leistungsanforderungen. Alle Absprachen unter I + II müssen eingehalten werden. <b>Zusätzlich:</b> Es sind die Bewertungskriterien, die sich als beobachtbares Verhalten unter einer bestimmten pädagogischen Perspektive zeigen, hier zu Grunde zu legen. (vgl. An-	Spiele in und mit Regelstrukturen... unter der PP E  Komplexe Spiel- und Übungsform als Bewertungsgrundlage

			hang)	
Gleich, jedoch ungleich in der der Auswahl der profilbildenden Gegenstandsbereiche		<b>x</b>	Alle Absprachen zu I + II müssen eingehalten werden!	Spiele in und mit Regelstrukturen...  Basketball unter PP D und Volleyball unter PP E
Unterschiedlich	<b>x</b>		Alle Absprachen zu I+II müssen eingehalten werden. <b>Zusätzlich</b> sind die Bewertungskriterien, die sich als beobachtbares Verhalten unter einer bestimmten pädagogischen Perspektive zeigen, hier zu Grunde zu legen. (vgl. Anhang)	Gestalten, Tanzen, Darstellen... und Gleiten, Fahren, Rollen... jeweils unter der PP B  Erstellen einer Kür unter Berücksichtigung gemeinsam erarbeiteter Ausführungs- und Gestaltungskriterien
Unterschiedlich		<b>x</b>	Alle Absprachen zu I + II müssen eingehalten werden!	Gestalten, Tanzen, Darstellen... unter der PP A und Ringen und Kämpfen ... unter der PP E

#### 4.1.2.5 Vergleichbarkeit der Leistungsbewertung, die auf Anforderungen der Bereiche II-III basieren

##### Fachliche Kenntnisse (Bereich II)

##### 1. Kenntnisse zur Realisierung des eigenen sportlichen Handelns

- Regeln und Regelsystematik (Digel)
- Motorische Grundfertigkeiten und das Strukturmodell der Motorik
- Biomechanik und Funktionsanalyse von Bewegungen, Bewegungsmerkmale beschreiben und analysieren, Fehlersehen und Fehlerkorrektur
- Der motorische Lernprozess (Bewegungslehre)
- Allgemeine Gesetzmäßigkeiten des Trainings, Trainingsmethoden und Trainingsprinzipien, Trainingsdiagnostik und -steuerung (Trainingslehre)
- Physiologische Anpassungserscheinungen und Energieumsatz

- Funktion und physiologische Wirkung des aktiven Erwärmens
- Sportanatomische und -physiologische Grundlagen: Muskulatur, Muskelkater, Sportverletzungen, Sportschäden, Prophylaxe und Sofortmaßnahmen
- ...

## 2. Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext

- Die Organisation sportlicher Übungs- und Wettkampfsituationen mit anderen und für andere
- Der reflektierte Umgang mit geschlechtsspezifischen Interessens- und Leistungsunterschieden
- ...

## 3. Kenntnisse über den Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit

- Sinnrichtungen und Motive sportlichen Handelns
- Der Zusammenhang zwischen PP und Bewegungsfeld
- Sozialwissenschaftliche Aspekte des Sports
- ...

# **Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens (Bereich III)**

## 1. Methodisch-strategisches Lernen

- Methoden der Analyse von Bewegungsabläufen und Spielhandlungen auf der Grundlage exakter Beobachtung und Beschreibung
- Methoden des Trainierens und des Bewegungslernens
- Die Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen durch Erproben und Experimentieren
- Umgang mit wichtigen fachspezifischen Arbeitsmethoden (Darstellung und Auswertung von Messdaten; Beschreibung und Analyse von Abbildungen und schematischen Darstellungen; Arbeit mit Texten; Arbeit mit Modellen; Arbeit mit Hypothesen und Theorien)

## 2. Sozial-kommunikatives Lernen

- Das Arbeiten in der Gruppe; Arbeits-, Gesprächs- und Kooperationstechniken
- Bereitschaft und Fähigkeit der Absprache und Verständigung unter den Beteiligten und verantwortliche Übernahme von Aufgaben (z. B. Helfen und Sichern)
- ...

#### 4.1.2.6 Beispiele beobachtbaren Verhaltens unter den Pädagogischen Perspektiven

Pädagogische Perspektive	Beobachtbares Verhalten
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Bedeutung taktiler, visueller und akustischer Wahrnehmungen für das Bewegen darstellen</li> <li>• Peripheres Sehen und antizipatives Verhalten nachweisen und zeigen können</li> <li>• Koordinative Leistungsfähigkeit nachweisen</li> <li>• Die Reaktion des menschlichen Körpers auf Belastungen einschätzen und ausdrücken</li> <li>• ...</li> </ul>
B	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten</li> <li>• Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen</li> <li>• Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegungen zeigen</li> <li>• Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen</li> <li>• ...</li> </ul>
C	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Risiken beim Sporttreiben erkennen und verantwortungsvoll reduzieren</li> <li>• Mit eigenen Ängsten und Ängsten anderer verantwortungsvoll umgehen</li> <li>• An der Bewältigung von Ängsten bei sportlichen Bewegungen arbeiten</li> <li>• Sicherheitsmaßnahmen beachten</li> <li>• Vertrauen und Verlässlichkeit zeigen</li> <li>• ...</li> </ul>
D	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fehler erkennen und korrigieren</li> <li>• Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen</li> <li>• Taktische Fähigkeiten nachweisen</li> <li>• In Leistungssituationen Einsatz zeigen</li> <li>• Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten</li> <li>• Leistungsmaßstäbe kennen, anwenden und reflektieren</li> <li>• ...</li> </ul>

<b>E</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel- und Wettkampfleitung</li> <li>• Fair handeln- über das bloße Einhalten von Regeln hinaus</li> <li>• Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten</li> <li>• Absprachen mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen</li> <li>• ...</li> </ul>
<b>F</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen</li> <li>• Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln</li> <li>• Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen</li> <li>• Bewegung funktionsgerecht ausführen</li> <li>• Gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale reflektieren</li> <li>• ...</li> </ul>

#### **4.2 Lehr- und Lernmittel**

Für das Fach Sport sind keine verbindlichen Lehr- und Lernmittel vorgesehen. Über ergänzende fakultative Lehr- und Lernmittel entscheidet die Fachlehrkraft.

### **5 Qualitätssicherung und Evaluation**

#### Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle (verbindliche Angaben vgl. Arbeitsplan Sekundarstufe 1)

Die Sportlehrkräfte evaluieren regelmäßig ihren Unterricht. Anregungen dazu finden sich in den exemplarisch entfalteten Unterrichtsvorhaben. Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, Erste-Hilfe Kurs, fachkonferenzinterne Fortbildungen u.a.) werden systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

#### Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums (verbindliche Angaben vgl. Arbeitsplan Sekundarstufe 1)

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dieses beinhaltet auch neue Kursprofile, sowie ggf. die Einrichtung von Projektkursen.

## 6 Anhang

### Umrissplanung zur EF als Halbjahresplanung

Halbjahr	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF (fett: leitend/ normal: ergänzend)	Bezug zu den BF
1	<p><b>Höher, schneller, weiter</b> – für einen Dreikampf trainieren und dabei die eigene konditionelle Leistungsfähigkeit gezielt auch außerhalb des Unterrichts verbessern und das eigene Training dokumentieren und beurteilen</p> <p>Anzahl der Std.: 16</p>	<b>d, f</b>	BF 3
	<p><b>Miteinander gegeneinander spielen: Vom Einzel zum Doppel</b> – Erarbeitung und Anwendung von badmintonspezifischen individual- und gruppentaktischen Lösungsmöglichkeiten im Badminton in Angriff und Abwehr</p> <p>Anzahl der Std.: 14</p>	<b>e, a</b>	BF 7
	<p><b>Choreographie in der Step-Aerobic</b> – Grundlegende Schritte am Stepper erlernen und in einer Kleingruppenchoreographie umsetzen</p> <p>Anzahl der Std.: 16</p>	<b>b, e</b>	BF 6 (nicht Profil bildend)
2	<p><b>Fitnessstudio in der Sporthalle</b> – Ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Beweglichkeitstraining mit einfachen Mitteln in der Sporthalle planen, durchführen und reflektieren</p>	<b>f, d</b>	BF 1

	<p>ren</p> <p style="text-align: right;">Anzahl der Std.: 14</p>		
	<p><b>Wie wird denn hier gespielt?!</b> – Erprobung und Reflexion der Variation konstitutiver Regeln im Basketball zur Findung einer „optimalen“ Wettkampfform für den Kursverband</p> <p style="text-align: right;">Anzahl der Std.: 14</p>	<p><b>e, c</b></p>	<p><b>BF 7</b></p>
	<p><b>Technik oder Weite!?</b> – Die neu erlernte Speerwurf-/ Kugelstoßtechnik im Hinblick auf den persönlichen Erfolg bewerten</p> <p style="text-align: right;">Anzahl der Std.: 16</p>	<p><b>a, d</b></p>	<p><b>BF 3</b></p>

## Umrissplanung zur EF mit Kompetenzbezug

Bewegungsfelder und Sportbereiche	Kompetenzen bezügl. der BF	(6) Unterrichtsvorhaben	Komp. bez. IF		
			Sa.	Me.	Ur.
<b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)</b>	<p>ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.</p> <p>- unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.</p>	<p><b>UV: Fitnessstudio in der Sporthalle</b> – Ein gesundheitsorientiertes Kraft- und Beweglichkeitstraining mit einfachen Mitteln in der Sporthalle planen, durchführen und reflektieren</p> <p>Anzahl der Std.: 14</p>	f, d <sub>2</sub>	f	f
<b>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)</b>	<p>eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).</p>	<p><b>1. UV: Technik oder Weite?!</b> – Die neu erlernte Speerwurf-/ Kugelstoßtechnik im Hinblick auf den persönlichen Erfolg bewerten</p> <p>Anzahl der Std.: 16</p>	a	a	a, d
	<p>einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</p>	<p><b>2. UV: Höher, schneller, weiter</b> – für einen Dreikampf trainieren und dabei die eigene konditionelle Leistungsfähigkeit gezielt auch außerhalb des Unterrichts verbessern und das eigene Training dokumentieren und beurteilen</p> <p>Anzahl der Std.: 16</p>	d <sub>1</sub> , d <sub>2</sub>	d, f	d, f
<b>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<p>in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</p> <p>Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedin-</p>	<p><b>1. UV: Miteinander gegeneinander spielen: Vom Einzel zum Doppel</b> – Erarbeitung und Anwendung von badminton-spezifischen individual- und gruppentaktischen Lösungsmöglichkeiten im Badminton in Angriff und Abwehr</p>	e	e, a	

(7)	gungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.	Anzahl der Std.: 14  2. UV: <b>Wie wird denn hier gespielt?!</b> – Erprobung und Reflexion der Variation konstitutiver Regeln im Basketball zur Findung einer „optimalen“ Wettkampfform für den Kursverband  Anzahl der Std.: 14	e, c	e, c	e, c
<b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste (6)</b>	nicht profilbildend, deshalb nur in Teilen  eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.	UV: <b>Choreographie in der Step-Aerobic</b> – Grundlegende Schritte am Stepper erlernen und in einer Kleingruppenchoreographie umsetzen  Anzahl der Std.: 16	b, e	b, e	b