

Schulinternes Curriculum Sek. II

für das Fach Sport

Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium Neunkirchen

DIETRICH  
BONHOEFFER  
GYMNASIUM  
NEUNKIRCHEN  
SIEGERLAND



<u>Inhaltsverzeichnis</u>	<b>Seite</b>
1. Aufgaben und Ziele des Faches	3
1.1. Leitbild für das Fach Sport	3
1.2. Qualitätsentwicklung und -sicherung	3
1.3. Sportstättenangebot	4
1.4. Unterrichtsangebot	4
2. Entscheidungen zum Unterricht	5
2.1    Leistungsbewertung	6-8
2.2    Vorbereitung auf Sport als schriftl. geführtes Fach	8
2.3    Hausaufgaben im Sportunterricht	9
-    Übersicht Einführungsphase	10
-    Vorhabenkarten zur unterrichtlichen Umsetzung und Bewertung	11-22
-    Grundkurs QPh <b>Kurs Gym./Tanz - Badminton</b>	23-26
-    Grundkurs QPh <b>Kurs Fitness - Volleyball</b>	27-29
-    Grundkurs QPf <b>Kurs Leichtathletik - Fußball</b>	30-32
-    Leistungskurs QPh <b>Leichtathletik - Volleyball</b>	33-36

# **1 Aufgaben und Ziele des Faches**

## **1.1 Leitbild für das Fach Sport**

Sport wird seit je her als vielschichtiger Bereich des Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasiums geführt, der sich nicht auf bloßen Leistungs- und Siegeswillen reduzieren lässt. Ständig richtet sich die Fachschaft auf moderne Entwicklungen von Wissenschaft, Gesellschaft, Kultur und Bildungspolitik aus, sodass den Schüler/Innen Sport in all seinem Facettenreichtum und seiner Vielfalt als lebensbegleitende Perspektive eröffnet wird. Diese Vielschichtigkeit macht es möglich Sport auf jedem Niveau für alle Schüler/Innen, unabhängig von der deren eigener sportlicher Biographie, immer wieder interessant und zugänglich zu machen.

Der Sportunterricht orientiert sich an dem 2013 verbindlich gewordenen Kernlehrplan für Sport sowie den damit verbundenen pädagogischen "Rahmenvorgaben für den Schulsport", die für alle Schulformen und Schulstufen gelten. Sie gehen von einem Doppelauftrag des Schulsports aus, der als "Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur" beschrieben wird. Dieser Doppelauftrag kennzeichnet den pädagogischen Standpunkt, durch den herausgestellt wird, wie sich im Schulsport die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen in einer Weise fördern lässt, die kein anderes Fach ersetzen kann. Dazu werden die ausgewählten Bewegungsfelder mit den sechs (pädagogischen) Perspektiven kombiniert.

## **1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung**

Um den kerncurricularen Anforderungen des Landes NRW gerecht zu werden und einem auf Aktualität und zeitgemäßer Realitätsanbindung ausgelegtem Schulprogramm zu entsprechen, verpflichtet sich die Fachkonferenz des Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasiums zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

Die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie das Fortschreiben der schulinternen Lehrpläne obliegt dem Vorsitz der Fachschaft, der die Organisation der anfallenden Aufgaben gemeinsam mit den Kollegen koordiniert.

Die Fachkonferenz teilt der Schulleitung spätestens zum Ende des Schuljahres Pläne über zu entwickelnde Projekte, zur Evaluation sowie über die mögliche 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:**

- Schuleigene Dreifachsporthalle inklusive einer weiteren Kellerhalle
- Schuleigene Indoor-Kletterwand innerhalb des Hallentraktes der Dreifachsporthalle
- Schuleigener Kraftraum
- Schuleigener Sportplatz (Naturrasen) mit 100 Meter-Sandlaufbahn, 6 Sprunggruben , 1 Kugelstoßanlage
- Schuleigene Beachvolleyballanlage
- Einfachturnhalle der benachbarten Realschule des Freien Grundes für das AG-Angebot

#### **Im Umfeld der Schule:**

- Nutzung des Schwimmhalle am Kramberg in Salchendorf
- Nutzung der Kunstrasen-/LA-Sportanlage „Am Ludwigseck“ in Neunkirchen-Sachendorf
- Waldgelände im unmittelbaren und erweiterten Umfeld der Schule (z.B. Mountain-Bike)

### **1.4 Unterrichtsangebot**

Der Sportunterricht wird in allen Klassenstufen auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt:

- Regelunterricht der Klassen 5 – 9:
  - Klasse 5: 3-stündig
  - Klasse 6: 3-stündig
  - Klasse 7: 3-stündig
  - Klasse 8: 3-stündig
  - Klasse 9: 3-stündig
- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST – Leistungskurs: 5-stündig

Für den Regelunterricht in der Sekundarstufe II gilt der Kernlehrplan Sport Sek. II am Gymnasium in der Fassung vom 14.08.2013. Der Sportunterricht wird in allen Jahrgangsstufen gemäß Stundentafel erteilt.

In der gymnasialen Oberstufe findet der Sportunterricht im Rahmen des Pflichtunterrichts in der Einführungsphase 3-stündig (Grundkurs) bzw. 5-stündig (Leistungskurs) im Rahmen reflektierter Praxis statt. Darüber hinaus kann Sport am Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium wahlweise als 2. Oder 4. Abiturfach gewählt werden:

- Grundkurs Sport (4. Abiturfach) nach dem Modell B (in allen angebotenen Grundkursen kann Sport als 4. Abiturfach gewählt werden)
- Leistungskurs Sport (2. Abiturfach)

## **2. Entscheidungen zum Unterricht**

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

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

Die Schule richtet bereits für die EPh unterschiedliche Kursprofile ein, in die sich die Schülerinnen und Schüler je nach Neigung einwählen. Die für das Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium geltenden Profile sind verbindlich festgelegt und bleiben für jeden Jahrgang gleich.

In der Qualifikationsphase sind die Kursprofile ebenfalls verbindlich festgelegt und bleiben in jedem Jahr gleich.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 80 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

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

### **2.1. Leistungsbewertung**

Auf der Grundlage der Rahmenvorgaben für den Schulsport sowie des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz Sport orientiert am schuleigenen Curriculum für die Sekundarstufen I und II folgende Grundsätze und Formen zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen.

Die Leistungsbewertung erfolgt in einem kontinuierlichen Prozess und bezieht sich auf alle Kompetenzbereiche (Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Methodenkompetenz und Urteilskompetenz) und die jeweils ausgewiesenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens.

Die Leistungsbewertung ist einem **pädagogischen Leistungsverständnis** verpflichtet und berücksichtigt das **individuelle Leistungsvermögen** sowie den **individuellen Lernfortschritt** angemessen. Die Leistungsbewertung zielt darauf ab, Schülerinnen und Schülern individuelle Rückmeldungen über ihren Leistungsstand zu ermöglichen und sie vor dem Hintergrund ihres Leistungsvermögens individuell zu fördern und zu stärken.

Die Leistungsbewertung erfolgt in **prozessbezogenen unterrichtsbegleitenden und produktbezogenen punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen**. Sie berücksichtigt sportbezogene Verhaltensdimensionen und erfolgt in einem transparenten Verfahren, an dem Schülerinnen und Schüler (alters-) angemessen beteiligt werden.

**Prozessbezogene unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen** erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen auf der Grundlage zuvor festgelegter, der Lerngruppe bekannter Kriterien und Indikatoren. Sie stellen in besonderer Weise ein geeignetes Instrument zur individuellen Rückmeldung für das Erreichen von Lernzielen im Unterricht dar. Deshalb ist eine möglichst zeitnahe Rückmeldung zur erbrachten Leistung erforderlich. Darüber hinaus ermöglichen prozessbezogene Lernerfolgsüberprüfungen in Form von Langzeitbeobachtungen, Lernleistungen in ihrer Stetigkeit einzuschätzen und durch deren langfristige Begleitung und Unterstützung kontinuierlich zu entwickeln. Das gilt vor allem für den Bereich von Verhaltensdispositionen im Sport, die sich in partnerschaftlichem, fairem, kooperativem sowie tolerantem Verhalten zeigen. Die unterrichtsbegleitenden, prozessbezogenen Lernerfolgsüberprüfungen beziehen sich auf folgende Formen:

- Fachbezogene soziale Verhaltensweisen wie Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Kooperationsbereitschaft, Fairness, Konfliktfähigkeit,
- Beiträge zur Unterrichtsgestaltung wie z.B. selbstständiges oder teilselbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen, Mitgestaltung von Unterrichtsprozessen, Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter und Kampfrichteraufgaben,

- Beiträge zum Unterricht wie z.B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch, Präsentationen.

**Produktbezogene punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen** setzen voraus, dass die Schülerinnen und Schüler mit den an sie gestellten Anforderungen aus dem Unterricht vertraut sind und hinreichend Gelegenheit zum Üben und Festigen des Erlernten im Unterricht bestand. Die Fachschaft Sport verständigt sich darüber, dass dies im Kurs-/ Klassenbuch sorgfältig dokumentiert wird. Die punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) beziehen sich auf folgende Formen:

- Bewegungshandeln: Demonstration technisch koordinativer Fertigkeiten, psychophysischer, taktisch kognitiver und ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten,
- Fitness- und Ausdauerleistungstests im Sinne der Kompetenzerwartungen,
- Qualifikationsnachweise wie z.B. Schwimmbadabzeichen, Sportabzeichen,
- Wettkämpfe wie z.B. leichtathletische Mehrkämpfe, Turniere, Sport- und Spielfeste,
- schriftliche Beiträge zum Unterricht wie z.B. Kursmappen, Übungsprotokolle, Lerntagebuch, Stundenprotokolle,
- Klausuren und schriftliche Übungen (für den Bereich der Sekundarstufe II im Rahmen von Sport als 2. oder 4. Abiturfach)
- Beiträge zum Unterricht wie z.B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch, Präsentationen.

Die Leistungsbewertung berücksichtigt **Leistungen sportbezogenen, personalen und sozialen Verhaltens**, die im Unterricht erarbeitet und eingeübt werden können. Folgende Beurteilungsaspekte werden angemessen berücksichtigt:

- Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen spielen im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich beziehen sich auf das selbstständige und verantwortliche Gestalten von sportlichen Handlungssituationen. Sie berücksichtigen das Herrichten von Spielflächen und Geräten, das Verteilen von Rollen oder die Bildung von Mannschaften, das Vereinbaren von Regeln. Darüber hinaus beziehen sie sich – altersangemessen – auf gegenseitige Beratung, Hilfe sowie Korrektur beim Lernen, Üben und Trainieren.
- Anstrengungsbereitschaft spielt in der Leistungsbewertung produkt- und prozessbezogen eine wesentliche Rolle. Sie bezieht sich einerseits konkret auf das unterrichtliche Geschehen und die Bereitschaft, darin engagiert und motiviert mitzuarbeiten. Andererseits bezieht sich Anstrengungsbereitschaft aber auch auf die Fähigkeit, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um darin erfolgreich mitarbeiten zu können.

- Selbstständigkeit bezieht sich in der Leistungsbewertung im Sportunterricht auf die Fähigkeit, beim Geräteaufbau und -abbau zu helfen und Eigenverantwortung für die Sicherheit im Sportunterricht zu gewährleisten. Darüber hinaus geht es auch darum, sich im Sportunterricht selbstständig aufzuwärmen, intensiv zu üben und zu trainieren sowie sich auf den Sportunterricht angemessen vor- und nachzubereiten sowie für eine angemessene Sportbekleidung zu sorgen.
- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit beziehen sich darauf, sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben an die Regeln des fairen Umgangs miteinander zu halten, die Bereitschaft zu zeigen, berechnete Interessen auch mal zurückzustellen, sowie in allen Gruppen konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen.

Die Fachkonferenz hat die Schwerpunkte der Bewertung für die im Rahmen der Obligatorik festgelegten Unterrichtsvorhaben durch die Vorhabenkarten innerhalb des Curriculums bereits konkretisiert. Die Leistungsanforderungen werden von der Sportlehrkraft lerngruppenbezogen angepasst.

**Außerunterrichtliche Leistungen** im Schulsport - wie z. B. leistungssportliches Engagement, die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer sowie ehrenamtliche Tätigkeiten - werden verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden.

## 2.2. Vorbereitung auf Sport als schriftlich geführtes Abiturfach

Zur gezielten Vorbereitung auf Sport als schriftlich geführtes Abiturfach gelten die in der Fachkonferenz beschlossenen Grundsätze:

- Die gültigen Operatoren (<https://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/abiturgost/fach.php?fach=33>) sowie ausgewählte Klausurbeispiele und Aufgabenformate werden im ersten Quartal der Einführungsphase unterrichtlich thematisiert. Ferner werden bereits während der Sek. I grundlegende Operatoren eingeführt und thematisiert.
- Im 2. und 3. Quartal der Einführungsphase schreiben diejenigen Schülerinnen und Schüler, für deren Oberstufenlaufbahn Sport als 2. oder 4. Abiturfach in Frage kommt, jeweils eine 2-stündige Klausur.
- In allen Klausuren der EPh und Qph werden die verwendeten Operatoren durch entsprechende Fußnoten zusätzlich erläutert.

### **2.3. Hausaufgaben im Sportunterricht**

Hausaufgaben dienen grundsätzlich der Vor- und Nachbereitung sowie der Vertiefung der unterrichtlich behandelten Themenfelder und werden im Sportunterricht der gymnasialen Oberstufe des Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasiums angemessen eingesetzt. Die im Rahmen der Hausaufgaben erbrachten Leistungen finden in Anlehnung an das schulinterne Konzept der Leistungsbewertung in für das Fach Sport angemessener Form Berücksichtigung bei der Bewertung der Kursteilnehmer (siehe dazu Hausaufgabenkonzept DBG Neunkirchen).

# Jahresplanung (Obligatorik) für die Einführungsphase

Halbjahr	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF (fett: leitend/ normal: ergänzend)	Bezug zu den BF
1	„Schmeißt du noch oder wirfst/stößt du schon?“ – Erarbeitung unterschiedlicher Lehr- und Lernwege einer Wurf-/Stoßdisziplin.	<b>A</b>	3
	Volleyball wie die Profis – Vermittlung individual- und gruppentaktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten im Volleyball.	<b>E</b>	7
	Auf dem (Turn-) Boden der Tatsachen?! – Erarbeitung und Präsentation einer akrobatischen Gruppen-Bodenturnshow unter Anwendung spezifischer Ausführungs- und Gestaltungskriterien.	<b>B</b>	5
2	„Weg mit dem (Weihnachts-) Speck.“ – Erarbeitung und Durchführung eines ganzheitlichen und gesundheitsorientierten Fitnessprogramms.	<b>F/D</b>	1
	No risk no fun. – Mannschaftsspiele zu Risiko- und Wagnissituationen variieren und verändern.	<b>C</b>	7
	„Olympia auf dem Rössberg.“ - Leistungsbezogene Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes.	<b>D/C</b>	3

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	[a]	[c]	EF	7 DS

„Schmeißt du noch oder wirfst/stößt du schon?“ – Erarbeitung unterschiedlicher Lehr- und Lernwege einer Wurf-/Stoßdisziplin

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf)

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens [a]

#### Sachkompetenz

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

#### Methodenkompetenz

[a]: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden

#### Urteilskompetenz

[a]: Die Schülerinnen und Schüler können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unterscheidung Werfen und Stoßen/Schleudern</li> <li>- Technik der neu erlernten Disziplin</li> <li>- Sicherheitsaspekte im Umgang mit dem neuen Gerät</li> <li>- Gesetzmäßigkeiten motorischer Lernprozesse sowie deren Verknüpfung in Theorie und Praxis</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung und Einhaltung notwendiger Sicherheitsregeln</li> <li>- Selbstständiges Üben einer neuen Bewegung</li> <li>- Beobachtung und Korrektur eigener und fremder Bewegungsausführungen</li> <li>- Reflektierter Umgang mit Bewegungstheorie in der Praxis</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fachgerechte Beschreibung der Bewegungstechnik</li> <li>- Unterscheidung unterschiedlicher Lehrmethoden beim Erlernen einer Bewegung (ganzheitl. / analyt.-synt. Methode) sowie verschiedener Herangehensweisen (induktiv / deduktiv)</li> <li>- Beachtung methodischer Prinzipien in motorischen Lernprozessen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p><b>Demonstration</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fachliche Qualität von Redebeiträgen im Umgang mit Fachbegriffen des motor. Lernens</li> <li>- Engagement und Leistungsbereitschaft beim Erlernen der neuen Bewegung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität bei der Demonstration der neu erlernten Technik</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsmerkmale der neu erlernten Technik auf Niveau der Grobform</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Disziplinbezogene Bewegungsmerkmale, Ganzheitsmethode, Analyt.-synt. Methode, induktive und deduktive Herangehensweise, method. Prinzipien, Bildreihe</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive	Jahrgang	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)	BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	E Wählen Sie ein Element aus	EF	7 DS

Volleyball wie die Profis – Vermittlung individual- und gruppentaktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten im Volleyball

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

#### Sachkompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben

#### Methodenkompetenz

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

#### Urteilskompetenz

(e): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technische Grundlagen und taktische Verhaltensweise im Volleyball</li> <li>- Systematik von Sportspielen</li> <li>- Unterschiede und Gemeinsamkeiten großer Sportspiele</li> <li>- Gefahrenpotentiale (hier: Verletzungen) in Sportspielen</li> <li>- Soziale Prozesse in Sportspielen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Soziale Prozesse planen, erleben und reflektieren</li> <li>- Gruppenarbeiten koordinieren</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verbindliche Techniken in der Grobform: Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten</li> <li>- Taktisches Verhalten: Aufstellung (0-0-6) erarbeiten und während des Spiels einhalten</li> <li>- Regelsystematik (nach Digel)</li> <li>- PECH-Regel bei Sportverletzungen (Pause – Eis – C(K)ompression – Hochlagerung</li> <li>- Koordinierung sozialer Prozesse (5-Schritt: Planung – Durchführung – Zwischenreflexion – modifizierte Durchführung - Bewertung)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b>  <u>Überprüfungsform:</u>  <b>Demonstration</b>  <u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verhalten des Einzelnen in gruppendynamischen Prozessen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u>  <b>Spielfähigkeit im Sportspiel Volleyball</b></p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technische und taktische Vorgaben</li> <li>- Aspekte sozialer Kompetenz (u.a. Kommunikationsfähigkeit, Koordinierungsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Teamfähigkeit)</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b>  <b>Regelschema, Regelkategorien, PECH-Regel, Aspekte sozialer Kompetenz</b></p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)	BF/SB 5: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampferäten und Gerätekombinationen	E	I	EF	7 DS

Auf dem (Turn-) Boden der Tatsachen?! – Erarbeitung und Präsentation einer akrobatischen Gruppen-Bodenturnshow unter Anwendung spezifischer Ausführungs- und Gestaltungskriterien

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 5: Die Schülerinnen und Schüler können turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)

#### Sachkompetenz

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

#### Methodenkompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen

#### Urteilskompetenz

(b): Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turnerische Elemente des Bodenturnens (Regelübungen sowie eigene Varianten)</li> <li>- Helfen und Sichern als fester Bestandteil der Choreographien</li> <li>- Choreographische Elemente kennenlernen, erproben, präsentieren und bewerten</li> <li>- Erarbeitung von Bewertungskriterien</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständiges Arbeiten in der Gruppe zur Vorbereitung einer gemeinsamen Präsentation</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausgewählte Pflichtübungen als verbindlicher Choreographiebestandteil (Rolle vorwärts/rückwärts, Handstand (falls nötig mit Hilfestellung)</li> <li>- Helfergriffe</li> <li>- Choreographische Elemente des Raums (falls möglich auch der Zeit)</li> <li>- Bewertungskriterien (z. B. turnerische Leistung, Synchronität, Darstellerische Leistung, Einhaltung der Aspekte des Raums)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p><b>Darstellungsaufgabe</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verhalten während gruppenspezifischer Prozesse</li> <li>- Verbesserung der eigenen turnerischen Leistungsfähigkeit</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Verbesserung der turnerischen Leistungsfähigkeit</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>z. B. turnerische Leistung, Synchronität, Darstellerische Leistung, Einhaltung der Aspekte des Raums</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Benennung der Helfergriffe, Gestaltungskriterien des Raums (z. B. Raumwege, Aufstellungsformen, Raumebenen); evtl. auch der Zeit (z. B. synchron, gleichzeitig, nacheinander, schnell, langsam, „Freeze“, flüssig, abgehackt)</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	B	D	EF	7 DS

Weg mit dem (Weihnachts-) Speck. – Erarbeitung und Durchführung eines ganzheitlichen und gesundheitsorientierten Fitnessprogramms

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)

#### Sachkompetenz

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

(d): Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Ausdauertrainings erläutern

#### Methodenkompetenz

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

(d): Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch)

#### Urteilskompetenz

(f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen

(d): Die Schülerinnen und Schüler können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Biologische Prozesse des menschlichen Körpers bei Belastungssituationen</li> <li>- Trainingslehre (auf einführendem Niveau)</li> <li>- Gesundheitliche Aspekte im Zusammenhng mit Training</li> <li>- Fokussierung der eigenen sportlichen Leistungsfähigkeit</li> <li>- Motive für Sport</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingsplanung</li> <li>- Trainingsgestaltung</li> <li>- Trainingsdokumentation</li> <li>- Selbstständiges Arbeiten</li> <li>- Erarbeitung und Präsentation eigener Ergebnisse</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Energiebereitstellungsformen</li> <li>- Trainingsmethoden</li> <li>- Motive für Sport und Training</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Engagement und Leistungsbereitschaft während der Trainingsphase</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Vor- und Nachtest ausgesuchter Übungen zur Kraft und Kraftausdauer</p> <p>Leitung eines selbstständig ausgearbeiteten Zirkeltrainings unter einer vorher festgelegten Zielrichtung des Trainings (z.B. Kraft, Kraftausdauer, usw.)</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Orientieren sich an der Zielformulierung des Trainings</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>ATP, aerobe und anaerobe Belastung/ATP-Resynthese, Trainingsmethoden, Belastungsnormative, (ausgesuchte und didaktisch reduzierte) Trainingsprinzipien</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
[[Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)]]	[[BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)]]	[[c]]	[[f]]	<b>EF</b>	7 DS

[[No risk no fun. – Mannschaftsspiele zu Risiko- und Wagnissituationen variieren und verändern]]

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

[[BF/SB 7: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlicher Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden]]

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

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

[[Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)]]

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

#### Sachkompetenz

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

[[f): Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern]]

#### Methodenkompetenz

[[c): Die Schülerinnen und Schüler können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren]]

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

#### Urteilskompetenz

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

[[f): Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen]]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Systematik von Sportspielen</li> <li>- Unterschiede und Gemeinsamkeiten großer Sportspiele</li> <li>- Gefahrenpotentiale (hier: Verletzungen) in Sportspielen</li> <li>- Soziale Prozesse in Sportspielen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Soziale Prozesse planen, erleben und reflektieren</li> <li>- Gruppenarbeiten koordinieren</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regelsystematik (nach Digel)</li> <li>- PECH-Regel bei Sportverletzungen (Pause – Eis – C(K)ompression – Hochlagerung)</li> <li>- Koordinierung sozialer Prozesse (5-Schritt: Planung – Durchführung – Zwischenreflexion – modifizierte Durchführung - Bewertung)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Überprüfungsform:</u></p> <p>Analyseaufgabe</p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verhalten des Einzelnen in gruppendynamischen Prozessen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Spielfähigkeit im ausgewählten Sportspiel</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aspekte sozialer Kompetenz (u.a. Kommunikationsfähigkeit, Koordinierungsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Teamfähigkeit)</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Regelschema, Regelkategorien, PECH-Regel, Aspekte sozialer Kompetenz</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	Inhaltlicher Kern	päd. Perspektive		Jahrgang	Dauer des UV
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)	BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	c	d	EF	7 d

Olympia auf dem Rössberg. – Leistungsbezogene Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Mehrkampfes

### Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Leistung - Trainingsplanung und -organisation d

Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen c

#### Sachkompetenz

d: Die Schülerinnen und Schüler können allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern

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

#### Methodenkompetenz

d: Die Schülerinnen und Schüler können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch)

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

#### Urteilskompetenz

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

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

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organisation und Durchführung eines kursinternen Wettkampfes</li> <li>- Planung, Durchführung und Dokumentation des eigenen Übungsprozesses in den drei Disziplinen</li> <li>- Auswirkung von Emotion (Druck, Angst, Nervosität) auf die sportliche Leistungsfähigkeit ]</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arbeitsteilung innerhalb von kleineren und größeren Gruppen</li> <li>- Eigenverantwortliches Arbeiten (im Trainingsprozess)</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinanten sportlicher Leistungsfähigkeit</li> <li>- Trainingsplanung</li> <li>- Soziale Kompetenzen zur Bewältigung von Aufgaben in Gruppen]</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b>  <u>Überprüfungsform:</u>  <u>Sportmotorische Testverfahren]</u></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Verhalten während sozialer Prozesse bei der Planung und Durchführung des Wettkampfes ]</p> <p>Engagement und Leistungsbereitschaft für das eigene Ergebnis]</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Erzielte Leistungen im Wettkampf]</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Bewertungstabellen für die einzelnen Disziplinen orientieren sich an den Leichtathletik-Richtwerten für die Abiturprüfung (siehe: Prüfungsanforderungen und Aufgabenbeispiele für die Bewertung der sportpraktischen Leistungen im Rahmen der Fachprüfung Sport als Abiturprüfungsfach]</p>
<p><b>Fachbegriffe</b>  Determinanten sportlicher Leistungsfähigkeit, Soziale Kompetenz, negativer und positiver Stress, negative und positive Verstärkung]</p>			

## GK Qualifikationshase – Kurs Gymnastik/Tanz - Badminton

### Kursprofil - Sequenzbildung<sup>1</sup>

BF 6: <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik Tanz Bewegungskünste</b> BF 7: <b>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)</b>	IF b: <b>Bewegungsgestaltung</b>  IF a: <b>Bewegungsstrukturen und Bewegungskönnen</b>  sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f
--	--

Halb- jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1/I	BF 1  BWK 2	IF d SK 1, 2 MK 1, 2	„Wir machen uns fit für die Ausdauerleistungsprüfung“ - Grundlagen der Energiebereitstellung und Entwicklung von individuellen Trainingsplänen anhand der Trainingsprinzipien und Gesetzmäßigkeiten  <i>Trainingsplanung und –organisation</i>	X	
Q1/I	BF 6  BWK 2, 5	IF b SK 1 MK 1 UK 1	„Diese Hip-Hop Kür kann ich mir nicht merken“- Erlernen grundlegender Tanzschritte mithilfe mentalen Trainings  <i>Gestaltungskriterien</i>	X	

<sup>1</sup> Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

Q1/I	BF 7 BWK 1, 2	IF a SK 2	„Welche Linie war nochmal das Badminton-Feld?“ – Bewegungsanalyse im Rahmen der Wiederholung von technischen und taktischen Badminton-Grundlagen  <i>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i>	X	
Q1/II	BF 7 BWK 1, 2	IF a SK 1, 2 UK 1	„Schöllhorn vs. Meinel/Schnabel - wie lerne ich denn nun den Smash?“ - Grundlagen des Bewegungslernens Vergleich der Lerntheorien des Regelkreismodells und des differenziellen Lernens  <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i> <i>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i>	X	
Q1/II	BF 6 BWK 2, 5	IF b SK 1 MK 1 UK 1  IF f SK 1 UK 1	„Die besucht den Step-Kurs auch nur um ihre Outfits zu präsentieren!“- Motive des Sporttreibens reflektieren  <i>Gestaltungskriterien</i>  <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i>		X

Q1/II	BF 7 BWK 4	IF e SK 1 MK1	„Ready Go ! Gemeinsam sind wir stark!!!“ - Erproben und Reflektieren von Ultimate Frisbee, sowie dessen mannschaftstaktischen Maßnahmen  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>		X
Q2/I	BF 7 BWK 1, 2	IF a SK 1, 2 MK 1  IF e MK 2	„Beim Doppel muss ich auf so vieles gleichzeitig achten. Ich bin überfordert“ - Koordination im Badminton trainieren anhand von Neumayers KAR-Modell  <i>Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</i>  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>	X	
Q2/I	BF 6 BWK 3, 4	IF b SK 1 MK 1 UK 1	„Gehen, Hüpfen, Tänzeln... ist doch alles das Gleiche!“ Anfertigen von Bewegungsstudien zu verschiedenen Oberthemen (z.B. Anspannung/Entspannung, Fortbewegung...)  <i>Improvisation und Variation von Bewegung</i>	X	

Q2/I	BF 6  BWK 1, 4	IF b SK 1 MK 1 UK 1  IF f SK 1 UK 1	„Rhythmische Sportgymnastik ist Leistungssport! Da wirft man auch mal was ein!“ – Stellenwert sportlicher Manipulation im Rahmen der Erprobung grundlegender gymnastischer Bewegungsabläufe mit und ohne Handgerät  <i>Gestaltungskriterien</i> <i>Improvisation und Variation von Bewegung</i>  <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i>	X	
Q2/II	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 3  IF c SK 1	„Jetzt wird’s ernst!“ – Biomechanische Aspekte des wettkampforientierten Badmintonspiels  <i>Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen</i>  <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>	X	
Q2/II	BF 3  BWK 3, 4	IF b SK 1 MK 1 UK 1  IF c SK 1	„Ich mach mich doch nicht lächerlich!!!“ - Erarbeitung und Präsentation einer Bewegungstheater-Kür, bei der eine Hemmschwelle überschritten wird.  <i>Gestaltungskriterien</i> <i>Improvisation und Variation von Bewegung</i>  <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>	X	

**GK Qualifikationshase – Kurs Fitness - Volleyball**  
**Kursprofil - Sequenzbildung<sup>2</sup>**

<b>BF 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>IF a: Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b>
<b>BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)</b>	<b>IF d: Leistung</b>
	sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF b/ c/ e/ f

---

<sup>2</sup> Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

Halb- jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen <sup>3</sup>	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1/I	BF 1  BWK 2	IF d SK 1, 2 MK 1 UK1  IF f SK 1, 2 UK 1	„Laufen-Schwitzen-Blasen an den Füßen - ...und das soll gesund sein?!“ – Positive Effekte von richtig durchgeführten und gesundheitsbetonten Ausdauerbelastungen  <i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>  <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q1/I	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 1, 2 UK 1	“Gut gepriecht ist halb gewonnen.” – Wiederholung und Vertiefung der Grundlagen von Technik (Pritschen, Baggern, Aufschlag) und Taktik (Aufstellung, 0-0-6-Spielsystem)  <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i>	X	
Q1/I	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 1, 2, 3 MK 2 UK 1	“Ich weiß wie es geht und trotzdem geht der Ball ins Netz” – Verbesserung der motorischen Steuerung im cerebralen Bereich sowie im erweiterten ZNS durch gezieltes Koordinationstraining  <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q1/II	BF 1  BWK 1, 3	IF d SK1, 2 MK 1 UK 1	„Muskeln statt Weihnachtsspeck“ – Grundlagen des Krafttrainings mit einfachen und speziellen Geräten  <i>Trainingsplanung und –organisation</i>		

<sup>3</sup> w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

		IF f SK 1 MK 1 UK 1	<i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</i>  <i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q1/II	BF 1  BWK 4, 6	IF f SK 1 MK 1 UK 1	„Muskelkater durch Sitzen?“ – Prävention und Intervention gesundheitlicher Risiken im Alltag  <i>Gesundheitlicher Nutzen des Sporttreibens</i>		X
Q1/II	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 1 UK 1	„Voll drauf“ – Differentielles und klassisches Lernen / Lehren von Spieltechniken am Beispiel des Angriffsschlages im Volleyball  <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i> <i>Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i>	X	
Q2/I	BF 1  BWK 1, 2, 4, 5	IF d SK 1, 2 MK 2 UK 1  IF b SK 1 MK 1 UK 1	„Gesund und glücklich, weil fit und entspannt“ – Verbesserung der Ausdauerleistung durch Lauf- und alternativen Fitnesssport (z.B. Aerobic/Tae Bo/Zumba/Step-Aerobic) sowie Anwendung von Entspannungstechniken  <i>Trainingsplanung und –organisation</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</i>  <i>Gestaltungskriterien</i>	X	
Q2/I	BF 7  BWK 1, 2	IF e SK 1 MK 1, 2 UK 1  IF c SK 1	“Von der III auf die II – Was heißt das?” – Soziale Prozesse in Mannschaftssportarten im Rahmen der Einführung von Spielsystemen im Volleyball  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i> <i>Fairness und Aggression im Sport</i>  <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>	X	

Q2/I	BF 7 BWK 4	IF e SK 1 MK 1, 2 UK 1	„Das hab ich ja noch nie gehört“ – Kennenlernen von Ringtennis als alternatives Rückschlagspiel  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>		X
Q2/II	BF 7 BWK 1, 2	IF a SK 3	„Wieso sieht der Angriffsschlag eigentlich aus, wie er aussieht?!“ – Aspekte der Biomechanik am Beispiel des Angriffsschlages im Volleyball  <i>Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen</i>	X	
Q2/II	BF 1 BWK 1, 3	IF d SK 1, 2 MK 2 UK 1	„Powern pur mit Calisthenics “ – Krafttraining ohne Gewichte  <i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>		X

### GK Qualifikationsphase – Kurs Fitness - Badminton

#### Kursprofil - Sequenzbildung<sup>4</sup>

BF 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	IF a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton)	IF d: Leistung
	sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF b/ c/ e/ f

<sup>4</sup> Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen <sup>5</sup>	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1/I	BF 1  BWK 2	IF d SK 1, 2 MK 1 UK1  IF f SK 1, 2 UK 1	„Laufen-Schwitzen-Blasen an den Füßen - ...und das soll gesund sein?!“ – Positive Effekte von richtig durchgeführten und gesundheitsbetonten Ausdauerbelastungen  <i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>  <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q1/I	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 2	„Welche Linie war nochmal das Badminton-Feld?“ – Bewegungsanalyse im Rahmen der Wiederholung von technischen und taktischen Badminton-Grundlagen  <i>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i>	X	
Q1/I	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 1, 2, 3 MK 2 UK 1	“Ich weiß wie es geht und trotzdem geht der Ball ins Netz” – Verbesserung der motorischen Steuerung im cerebralen Bereich sowie im erweiterten ZNS durch gezieltes Koordinationstraining  <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q1/II	BF 1  BWK	IF d SK1, 2 MK 1	„Muskeln statt Weihnachtsspeck“ – Grundlagen des Krafttrainings mit einfachen und speziellen Geräten		

<sup>5</sup> w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

	1, 3	UK 1  IF f SK 1 MK 1 UK 1	<i>Trainingsplanung und –organisation</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</i>  <i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q1/II	BF 1  BWK 4, 6	IF f SK 1 MK 1 UK 1	„Muskelkater durch Sitzen?“ – Prävention und Intervention gesundheitlicher Risiken im Alltag  <i>Gesundheitlicher Nutzen des Sporttreibens</i>		X
Q1/II	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 1, 2 UK 1	„Schöllhorn vs. Meinel/Schnabel - wie lerne ich denn nun den Smash?“ - Grundlagen des Bewegungslernens Vergleich der Lerntheorien des Regelkreismodells und des differenziellen Lernens  <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i> <i>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i>	X	
Q2/I	BF 1  BWK 1, 2, 4, 5	IF d SK 1, 2 MK 2 UK 1  IF b SK 1 MK 1 UK 1	„Gesund und glücklich, weil fit und entspannt“ – Verbesserung der Ausdauerleistung durch Lauf- und alternativen Fitnesssport (z.B. Aerobic/Tae Bo/Zumba/Step-Aerobic) sowie Anwendung von Entspannungstechniken  <i>Trainingsplanung und –organisation</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</i>  <i>Gestaltungskriterien</i>	X	
Q2/I	BF 7  BWK	IF a SK 1, 2 MK 1	„Beim Doppel muss ich auf so vieles gleichzeitig achten. Ich bin überfordert“ - Koordination im Badminton trainieren anhand von Neumayers KAR-Modell		

	1, 2	IF e MK 2	<i>Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</i>  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>	X	
Q2/I	BF 7  BWK 4	IF e SK 1 MK 1, 2 UK 1	„Das hab ich ja noch nie gehört“ – Kennenlernen von Ringtennis als alternatives Rückschlagspiel  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>		X
Q2/II	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 3  IF c SK 1	„Jetzt wird’s ernst!“ – Biomechanische Aspekte des wettkampforientierten Badmintonspiels  <i>Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen</i>  <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>	X	
Q2/II	BF 1  BWK 1, 3	IF d SK 1, 2 MK 2 UK 1	„Powern pur mit Calisthenics “ – Krafttraining ohne Gewichte  <i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>		X

## GK Qualifikationshase – Kurs Leichtathletik - Fußball

### Kursprofil - Sequenzbildung<sup>6</sup>

<b>BF 3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b>	<b>IF d: Leistung</b>
--	-----------------------

<sup>6</sup> Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

<b>BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball)</b>	IF e: <b>Kooperation und Konkurrenz</b>  sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f
---	---

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen <sup>7</sup>	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1/I	BF 3  BWK 1	IF d SK 1 MK 1  IF a SK 1, 2 UK 1	<p>„Durch Technik weit stoßen.“ – Bewegungen des Kugelstoßens (steuern) lernen</p> <p>Trainingsplanung und –organisation</p> <p><i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i></p> <p><i>Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i></p>	X	
Q1/I	BF 3  BWK 3	IF d SK 1, 2 MK 1 UK 1  IF f SK 1, 2 UK 1	<p>„Zwei Energydrinks getrunken und ich bin trotzdem platt.“ – Gesundheitsbewusster Ausdauersport im Kontext unterschiedlicher sportlicher Handlungsfelder</p> <p><i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</i></p> <p><i>Entwicklung der Leistung durch Training / Anpassungserscheinungen</i></p> <p><i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i></p> <p><i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i></p>	X	
Q1/I	BF 7  BWK 1, 2	IF e MK 2 UK 1	<p>“Wo spielst du denn hin?” – Pass- und Schusstechniken (steuern) lernen zur Unterstützung des Zusammenspiels im Team</p> <p><i>Fairness und Aggression im Sport</i></p>	X	

<sup>7</sup> w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Q1/II	BF 3 BWK 4	IF a SK 3 UK 1  IF d UK 1	„Jump an Fly.“ – Aspekte der Biomechanik in leichtathletischen Sprungdisziplinen  <i>Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegung; biomechanische Grundlagen</i>  <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>	X	
Q1/II	BF 7 BWK 1, 2, 4	IF e SK 1 MK 1	„Frisbee?! – Ich dachte wir spielen Fußball.“ – Einführung und Variation großer Sportspiele  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>		X
Q1/II	BF 3 BWK 1, 2	IF d SK 1, 2 MK 1, 2 UK 1	„Höher, schneller, weiter.“ – Trainingslehre in der Leichtathletik als Grundlage zur Vorbereitung auf eine Ausdauerleistung  <i>Trainingsplanung und -organisation</i> <i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>	X	
Q2/I	BF 3 BWK 1, 3	IF d SK 1, 2 MK 1, 2 UK 1  IF f SK 1 MK 1 UK 1	„DBG Leichtathletik-Challenge.“ – Trainingsplanung mit dem Ziel der Teilnahme an einem selbst organisierten LA-Wettkampf (alternativ: Herdorfer 6-Stundenlauf)  <i>Trainingsplanung und Organisation</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>  <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i> <i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i>	X	
Q2/I	BF 7 BWK	IF e SK 1 UK 1	„(Nur) Zusammen sind wir stark.“ – Soziale Prozesse im (/durch) Sportspiel (das) Fußball  <i>Fairness und Aggression im Sport</i>		

	1, 2	IF c SK 1 MK 1	<i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>		X
Q2/I	BF 7  BWK 1	IF b SK 1 MK 1 UK 1	„Copacabana-Style“ – Entwickeln und Präsentation einer Fußball-Gruppenchoreographie mit Bewegungen und Tricks am Ball  <i>Gestaltungskriterien</i>		X
Q2/II	B 7  BWK 1	IF a SK 2 MK 1  IF e SK 1 MK 1	„Hacke, Spitze, Hoch das Bein.“ – Koordinationstraining im (Fußball-) Sport  <i>Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</i>  <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i>		X
Q2/II	BF 3  BWK 1, 3	IF d SK 1, 2 MK 1, 2 UK 1  IF f SK 1 UK 1	„Ich werf was ein, sonst packe ich da nicht.“ – Umgang mit Doping im Leistungssport z.B. Leichtathletik  <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i>  <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i>	X	

## LK Qualifikationsphase

### Kursprofil - Sequenzbildung<sup>8</sup> (Leistungskurs) – DBG Neunkirchen

<b>BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</b>	<b>IF a</b>	<b>IF d</b>
<b>BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	<b>IF b</b>	<b>IF e</b>
	<b>IF c</b>	<b>IF f</b>

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Prüfungsrelevante Gegenstände		
	BWK	SK / MK / UK		Praktische Prüfung		zentrale Klausur
				wettkampf-bezogen	fakultativ	Abiturvorgaben 2017
Q1/I	BF 3 BWK 1	IF a SK 1, 2 MK 1 UK 1	<p><b>“Große Weiten durch richtige Technik.” – Bewegungen leichtathletischer Stoß- und Wurfdisziplinen analysieren, steuern und verbessern.</b></p> <p><i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i></p> <p><i>Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</i></p>	X		X
Q1/I	BF 3 BWK 3	IF d SK 2 MK 1 UK 1  IF f SK 1 MK 1 UK 1	<p><b>“Zwei Energydrinks getrunken und ich bin trotzdem platt.” – Anatomische und physiologische Prozesse im Kontext von Ausdauersport</b></p> <p><i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</i></p> <p><i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen</i></p> <p><i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i></p> <p><i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i></p>		X	X

<sup>8</sup> Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

Q2/I	BF 7 BWK 1, 2	IF e SK 2 MK 1 UK 1	<p><b>“Gewinnen wollen – ...aber fair”. – Vereinbarkeit leistungsbezogener Ausrichtungen im Volleyball mit dem Fair-Play-Gedanken</b></p> <p><i>Fairness und Aggression im Sport</i></p>	X		X
Q1/II	BF 3 BWK 1, 4	IF a SK 3 MK 1 UK 1  IF c SK 2 UK 1	<p><b>“Höher, schneller, weiter”. – Einführung biomechanischer Aspekte zur Leistungsverbesserung in leichtathletischen Sprungdisziplinen</b></p> <p><i>Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Prinzipien</i></p> <p><i>Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns</i></p>	X		X
Q1/II	BF 7 BWK 3	IF e SK1, 3 MK 2 UK 1	<p><b>Das Spiel kann doch jeder.” – Einführungsmodelle zur Anwendung großer Sportspiele in Lerngruppen mit unterschiedlichem Fähigkeitsniveau</b></p> <p><i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i></p> <p><i>Spielvermittlungsmodelle</i></p>		X	X
Q1/II	BF 7 BWK 1, 2	IF c SK 1, 2 MK 1 UK 1	<p><b>“Von der VI über die III auf die II. – Was willst du von mir?” – Erarbeitung spezifischer taktischer Handlungsfelder im Volleyball</b></p> <p>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <p>Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns</p>	X		X

Halb- jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Prüfungsrelevante Gegenstände		
	BWK	SK / MK / UK		Praktische Prüfung		zentrale Klausur
				wettkampf- bezogen	fakultativ	Abiturvorgaben 2017
Q2/I	BF 7  BWK 2, 3	IF e SK 1 MK 1, 2 UK 1	<b>„Rassberg Playa“ – Transfer volleyballspezifischer Handlungsfelder auf das Beachvolleyball-Spiel</b>  Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten		X	
Q2/I	BF 3  BWK 1, 2, 3	IF d SK 1, MK 2 UK 2  IF f SK 1, MK 1, UK 1	<b>“Fit werden kann jeder.” – Aspekte der Trainingslehre im Kontext von Kurz- und Langstreckenläufen als Teil eines leichtathletischen Mehrkampfes</b>  <i>Trainingsplanung und Organisation</i>  <i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i>	X		X
Q2/I	BF 7  BWK 1, 2	IF a SK 3 MK 1 UK 1  IF c SK 1 MK1	<b>“Volleyballtechnik für Profis.” – Koordinationstraining im leistungsbezogenen Volleyballtraining</b>  <i>Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</i>  <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i>	X		X

Q2/II	BF 3 BWK 1, 2	IF f SK 1,2 MK 1 UK 1  IF d SK 1, 2 MK 1, 2 UK 2	<p><b>“Pillen zur Vorbereitung auf den Wettkampf? Das kann doch nicht gesund sein.” – Aspekte von Gesundheitsförderung und –gefährdung durch leistungsorientiertes Training</b></p> <p>Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns</p> <p>Wirkungen und Risiken unphysiologischer Maßnahmen zur Leistungssteigerung im Leistungs- und Breitensport</p> <p>Trainingsplanung und –organisation</p>		X	X
Q2/II	BF 7 BWK 1, 2	IF b SK 1 MK 1 UK 1  IF e SK 2 UK 1	<p><b>“Haka” – Erarbeitung motivierender Gestaltungsmöglichkeiten in Mannschaftssportarten unter Berücksichtigung verschiedener Gestaltungskriterien</b></p> <p>Gestaltungskriterien</p> <p>Improvisation und Variation von Bewegung</p> <p>Formen der Steuerung und Manipulation im Sport</p>		X	

