



# **Schulinterner Lehrplan zum Kernlehrplan für das Gymnasium – Sekundarstufe II**

# **Sport**

# Inhalt

1. Die Fachgruppe Sport des Hüffertgymnasiums .....	3
1.1 Leitbild für das Fach Sport.....	3
1.2 Sportstättenangebot .....	4
2. Entscheidungen zum Unterricht .....	5
2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben.....	6
2.1.1 Einführungsphase .....	6
2.1.2 Qualifikationsphase.....	19
Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben .....	20
Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben .....	26
Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben .....	32
Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben .....	37
Kursprofil 5: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben .....	43
3. Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung .....	48
3.1 Verbindliche Absprachen.....	48
3.2 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung .....	48
Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung.....	48
Verbindliche und mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung.....	49
Sonstige Mitarbeit .....	50

# **1. Die Fachgruppe Sport des Hüffertgymnasiums**

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

Die Freude an Bewegung, Spiel und Sport zu erhalten und zu fördern ist das zentrale Ziel der Fachschaft Sport des Hüffertgymnasiums Warburg. Wir wollen die Schülerinnen und Schüler dazu befähigen und motivieren, dass Sport ein fester Bestandteil ihres Lebens wird. Unser Doppelauftrag „Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport“ sowie „Erschließung der Bewegungs-, Spiel-, und Sportkultur“ ist Ausgangspunkt unseres Handelns. Eine Kooperation mit den Sportvereinen im Umfeld des Hüffertgymnasiums ist dabei wünschenswert. Über den Schulsport hinaus wollen wir unseren Schülerinnen und Schülern auf diese Weise Zugangsmöglichkeiten zu Sportvereinen und somit zum lebenslangen Sporttreiben ermöglichen.

Bei der Entwicklung unseres schulinternen Curriculums hatten wir daher die Leitidee, den Schülerinnen und Schülern vielfältige sportliche Grunderfahrungen und Kenntnisse zu ermöglichen. In der Oberstufe soll zum einen auf diese vielfältigen Erfahrungen aufgebaut werden, zum anderen sollen den Schülerinnen und Schülern weitere neue Sportarten erleben können. Die Fachschaft Sport hat dabei für alle Jahrgangsstufen Unterrichtsvorhaben entwickelt, die den Schülerinnen und Schülern einen stetigen und vertiefenden Aufbau von Bewegungs-, Sach-, Methoden- und Urteilskompetenzen ermöglicht.

Darüber hinaus soll Sport ein wichtiger Bestandteil unserer Schulgemeinschaft sein und auch zukünftig den Zusammenhalt zwischen Schülern, Lehrern und Eltern fördern. Neben dem vorgeschriebenen Schulsport wollen wir daher auch zukünftig unseren Schülerinnen und Schülern Schulsportfeste, Arbeitsgemeinschaften und Schulsportwettkämpfe anbieten.

## 1.2 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- Dreifachsporthalle
- Kleine Sporthalle
- Sportplatz mit Laufbahn, Sprunggrube, Hochsprunganlage und Kugelstoßanlage

Im Umfeld der Schule:

- Halle der Falk-Schule
- Hallenbad
- Freibad
- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Fitness-Studio

## 2. Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln. Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können.

Die Darstellung der Inhalte erfolgt dabei auf zwei Ebenen: der Übersichtsebene und der Konkretisierungsebene. Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die Einführungsphase vorgestellt. Die Fachkonferenz der des Hüffertgymnasiums hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 3, 6 und 7 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

Die verbindliche Durchführung der Unterrichtsvorhaben ist aus organisatorischen Gründen nicht parallel in allen Kursen der Einführungsphase möglich. Daher sind auch andere Organisationsformen möglich.

Das Unterrichtsvorhaben „Aufwärmen, aber richtig!“ wird nicht als isoliertes Unterrichtsvorhaben, sondern übergreifend mit den anderen Unterrichtsvorhaben durchgeführt. Das Unterrichtsvorhaben „Ausdrucksstark und taktvoll“ ist das vierte und somit zusätzliche Bewegungsfeld. Bei der Auswahl des jeweiligen Tanz-Projektes werden keine Vorgaben festgeschrieben. Es sollte sich jedoch um einen modernen Tanz oder Jazz Tanz handeln. Alle anderen Unterrichtsvorhaben sind verbindlich.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils verbindlich. Schulorganisatorisch erfolgt daher bereits in der Einführungsphase die Einwahl in ein Kursprofil über einen Wahlbogen.

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

## 2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

### 2.1.1 Einführungsphase

#### Kompetenzerwartungen bis zum Ende der Einführungsphase

Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten und den inhaltlichen Kernen entwickelt werden.

#### Verbindliche inhaltliche Schwerpunkte für die Einführungsphase:

EF	Inhaltsfelder	Inhaltliche Schwerpunkte
a	<b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</li> </ul>
b	<b>Bewegungsgestaltung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltungskriterien</li> </ul>
c	<b>Wagnis und Verantwortung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</li> </ul>
d	<b>Leistung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trainingsplanung und -organisation</li> </ul>
e	<b>Kooperation und Konkurrenz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> </ul>
f	<b>Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> </ul>

#### Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen zu den Inhaltsfeldern

<p><b>Sachkompetenz</b></p> <p>Die SuS können</p>	<p><b>a:</b> unterschiedliche Lernwege (u. a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.</p> <p><b>b:</b> Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u. a. Raum) erläutern.</p> <p><b>c:</b> den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.</p> <p><b>d:</b> allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,</p> <p><b>d:</b> unterschiedliche Belastungsgrößen (u. a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.</p> <p><b>e:</b> grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von</p>
---	---

	<p>sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</p> <p><b>f:</b> Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.</p>
<p><b>Methodenkompetenz</b></p> <p>Die SuS können</p>	<p><b>a:</b> unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.</p> <p><b>b:</b> Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.</p> <p><b>c:</b> in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.</p> <p><b>d:</b> einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).</p> <p><b>e:</b> sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</p> <p><b>f:</b> sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.</p>
<p><b>Urteilskompetenz</b></p> <p>Die SuS können</p>	<p><b>a:</b> den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.</p> <p><b>b:</b> eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</p> <p><b>c:</b> den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.</p> <p><b>d:</b> ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</p> <p><b>e:</b> die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechter-differenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</p> <p><b>f:</b> die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.</p>

## Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern / Sportbereichen

<b>Bewegungsfelder und Sportbereiche</b> <b>EF</b> Inhaltliche Kerne	<b>Kompetenzerwartungen</b> Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Formen der Fitnessgymnastik</i></li> <li>• funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.</li> <li>• unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.</li> </ul>
<p><b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).</li> <li>• einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</li> </ul>
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken Rettungsschwimmen</li> <li>• Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.</li> <li>• Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.</li> </ul>



<p><b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen</li> <li>• Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.</li> <li>• turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.</li> <li>• Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> </ul>
<p><b>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanz</li> <li>• Gymnastik</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.</li> <li>• ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.</li> </ul>
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>• <b>oder</b></li> <li>• – Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</li> </ul>

<p><b>BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren)</li> <li>• <b>oder</b></li> <li>• Gleiten auf dem Wasser (z.B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski)</li> <li>• <b>oder</b></li> <li>• Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)</li> </ul>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.</li> <li>• in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegunghandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.</li> </ul>
<p><b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt, z. B. Ringen, Judo</li> <li>• Zweikampfformen ohne direktem Körperkontakt, z. B. Taekwondo, Karate</li> <li>• Zweikampfformen mit Gerät, z. B. Fechten, Kendo</li> </ul> <p><b>Hinweis:</b> Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar.</p>	<p><b>Die Schülerinnen und Schüler können</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden.</li> <li>• in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen und darauf adäquat reagieren.</li> </ul>

## Reihenplanung in der Einführungsphase - Übersicht

Halbjahr	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF	Bezug zu den BF
1	<b>Aufwärmen, aber richtig!</b> – unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.	<b>f</b>	BF 1
	<b>Hockey, eine neue Mannschaftssportart</b> – Individuelle und gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Hockey zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern kennenlernen und erfolgreich anwenden.	<b>c</b>	BF 7
	<b>Ausdruckstark und taktvoll</b> - eine tänzerische Komposition unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren	<b>b</b>	BF6
2	<b>Neue Partner und wechselnde Gegner</b> – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Tischtennis organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.	<b>e</b>	BF 7
	<b>Steigerung der Ausdauer</b> – die eigene Ausdauer gezielt (auch außerhalb des Unterrichts) trainieren und das eigene Training dokumentieren.	<b>d/f</b>	BF 1
	<b>Höher, schneller, weiter</b> – Einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.	<b>a</b>	BF 3

## Reihenplanung in der Einführungsphase

### Unterrichtsvorhaben I:

#### **Thema:**

**Aufwärmen, aber richtig!** – unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Aufwärmen und funktionelle Dehnübungen sowie unterschiedliche Dehnmethoden

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

**Inhaltsfeld:** e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 6 Std.

## Unterrichtsvorhaben II:

### **Thema:**

**Hockey, eine neue Mannschaftssportart** – Individuelle und gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Hockey zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern kennenlernen und erfolgreich anwenden.

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (Hockey)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** e - Kooperation und Konkurrenz

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Inhaltsfeld:** c – Wagnis und Verantwortung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Handlungssteuerung unter verschiedenen Einflüssen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 12 Std.

### **Unterrichtsvorhaben III:**

#### **Thema:**

**Ausdruckstark und taktvoll** - eine tänzerische Komposition unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

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

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

**Inhaltliche Kerne:** Entwicklung einer Tanz-Choreographie

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.
- (ein (Hand-)Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.)

**Inhaltsfelder:** b - Bewegungsgestaltung

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Gestaltungskriterien

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 14 Std.

## Unterrichtsvorhaben IV:

### **Thema:**

**Neue Partner und wechselnde Gegner** – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Tischtennis organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

### **Bewegungsfeld/ Sportbereich:**

Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Tischtennis

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 10 Std.



## Unterrichtsvorhaben V:

### **Thema:**

**Steigerung der Ausdauer**– die eigene Ausdauer gezielt (auch außerhalb des Unterrichts) trainieren und das eigene Training dokumentieren.

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

### **Inhaltlicher Kern:**

Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** d – Leistung

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

**Inhaltsfeld:** f - Gesundheit

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

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 10 Std.

### Unterrichtsvorhaben VI:

**Thema:**

**Höher, schneller, weiter** – Einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

**Bewegungsfeld/ Sportbereich:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:** Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.
- (eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf))

**Inhaltsfeld:** a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 10 Std.

**Summe Einführungsphase: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 10 Stunden)**

## 2.1.2 Qualifikationsphase

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

Kurs	Kursprofile			
	Bewegungsfeld	Bewegungsfeld	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Volleyball)	d: Leistung	e: Kooperation und Konkurrenz
2	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Mannschaftsspiele)	d: Leistung	e: Kooperation und Konkurrenz
3	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport	b: Bewegungsgestaltung	c: Wagnis und Verantwortung
4	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Badminton)	d: Leistung	e: Kooperation und Konkurrenz
5	Bewegen an Geräten - Turnen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (Mannschaftsspiele)	e: Kooperation und Konkurrenz	d: Leistung

## **Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Rückschlagspiel (z.B. Volleyball)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Beach-Volleyball)

# Kursprofil 1

Schule: Hüffertgymnasium Warburg

Kurs: GK

BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele : Volleyball	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/b/c/f
--	---

Halbjahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen	
	BWK	SK/MK/UK		w	f
Q 1.1.	<b>BF 1</b>	IF d: SK 1, MK 1/2	<b>Andauernd ausdauernd (Laufen)</b> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der Ausdauer beim Laufen anwenden und unterschiedliche Methoden der Trainingsgestaltung erkennen. Formen der Ausdauer : Langzeitausdauer, Energiebereitstellung: aerob, anaerob, aerob- anaerobe Schwelle, Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode) Trainingsplanung und Trainingssteuerung, Gestaltung von Trainingsplänen /gesundheitliche Auswirkungen		
	<b>BWK 2</b>	IF f: SK 1			
	<b>BF/SB 7</b>	IF e SK 1, MK2, UK1	<b>Volley spielen – vom Miteinander zum Gegeneinander</b> - Stabilisierung grundlegender technischer Fertigkeiten/Fähigkeiten und taktischer Maßnahmen im Volleyball Festigung der Grundtechniken (OZ, UZ) / Einführung- Stabilisierung vom Angriffsschlag und Stellspiel Technische und taktische Voraussetzungen eines Volleyballspielers abhängig von seiner Position/ Volleyball im Kleinfeld Bewegungslernen /Bewegungsanalyse/Bewegungskorrektur		

Halbjahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen	
	BWK	SK/MK/UK		w	f
Q 1.2.	<b>BF 6</b>	IF b SK 1, UK 1	<b>Der Volleyball tanzt</b> – Präsentation und Beurteilung einer VolleyballKoRobics Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball – Bewegungen  Bewegungsgestaltungen mit dem Handgerät Ball allein <b>und</b> in der Gruppe. Improvisation , Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums <b>Raum</b> aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf die Raumebenen und auf die Partner durch das Werfen auch unterschiedlicher Bälle verbunden mit dem Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen		
	<b>BWK 1</b>	IF c: SK 1/2, UK			
			<b>Volleyball im Großen</b> - Erweitern und Festigen der Spielfähigkeit im		

		<p>Sportspiel Volleyball auf dem Großfeld (6:6) unter Einbeziehung der selbstständigen Gestaltung von Übungsprozessen und Förderung der Antizipation</p> <p>Motorische Fähigkeiten und taktische Handlungsmöglichkeiten festigen und gezielt erweitern / Übung und Erprobung weiterführender volleyballspezifischer Technik – und Taktikelemente/ Erkennen und Abbauen von Defiziten/ Gestaltung des Übungsprozesses</p>		
--	--	--	--	--

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f		
Q 2.1.	<b>BF/SB 3 BWK 5</b>	IF f MK, UK IF d SK 1 IF e UK	<p><b>Bronze, Silber und Gold</b> – Planung eines leichtathletischen Wettbewerbs mit dem Ziel das Deutsche Sportabzeichen zu erlangen.</p> <p><i>Einen leichtathletischen Mehrkampf unter besonderer Berücksichtigung von Disziplinen für das Deutsche Sportabzeichen planen, durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten; Einflüsse und Auswirkungen von Sporttreiben beurteilen</i></p>		
	<b>BF/SB 3 BWK 1</b>	IF d MK 2 IF d SK 1 IF a SK 1	<p><b>Übung macht den(DSA) Meister</b> – Stabilisierung ausgewählter leichtathletischer Disziplinen aus Lauf, Sprung und Wurf mit dem Zielaspekt der individuellen Leistungsverbesserung als Grundlage für einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation (Deutsches Sportabzeichen).</p> <p><i>Wettkampfvorbereitung – Trainingsgestaltung- Trainingsrhythmisierung</i></p>		
	<b>BF/SB 7 BWK 4</b>	IF e MK 1 IF e MK 2 IF e SK	<p><b>Rückschlag im Kleinen</b> – Erlernen tischtennisspezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel.</p> <p><i>Schlagtechniken; Taktik im Zielspiel ; Tischtennis-Regelwerk;</i></p>		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 2.2.		<p><b>„Sechs“ ist immer noch gut</b> - Erweiterung der technischen und taktischen Handlungsfähigkeit im Volleyball auf dem Großfeld (6:6) - Spielsysteme in Angriff und</p>		

			Verteidigung		
	<b>BF/SB 6</b> <b>BWK 1</b>	IF a UK IF d SK 2 IF d MK1	<b>Vorbereitung auf den Abiball – .</b> Improvisation , Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums <b>Raum</b> aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf die Raumebenen und auf die Partner durch das Werfen auch unterschiedlicher Bälle verbunden mit dem Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen		

# Bewegungsfelder

BF/SB	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</li> <li>- Formen ausdauerndes Laufen (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</li> <li>- Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (ausgewählt)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. (BWK 3.1)</li> <li>• einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. (BWK 3.2)</li> <li>• Formen ausdauerndes Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). (BWK 3.3)</li> <li>• alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien durchführen.</li> <li>• historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten. (BWK 3.5)</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Indiac, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technische-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. (BWK 7.1)</li> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. (BWK 7.2)</li> <li>• selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.</li> <li>• Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen. (BWK 7.4)</li> </ul>



# Inhaltsfelder

IF	Inhaltliche Schwerpunkte	Kompetenzerwartungen – Die Schülerinnen und Schüler können....
IF d	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Trainingsplanung und -organisation</li> <li>– Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</li> <li>– Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SK 1)</li> <li>• physiologische Maßnahmen durch Training erläutern. (SK 2)</li> <li>• die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (MK 1)</li> <li>• Trainingspläne und Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK 2)</li> <li>• Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF e	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>– Fairness und Aggression im Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SK)</li> <li>• individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. (MK 1)</li> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK 2)</li> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF a	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens vergleichend beurteilen (UK)</li> </ul>
IF b	Gestaltungskriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK).</li> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK).</li> </ul>
IF c	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (SK 2)</li> <li>• unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngelungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF f	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK 1),</li> <li>• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)</li> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK).</li> </ul>

## ***Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben***

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Mannschaftsspiele (z.B. Hockey , Fußball, Basketball)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. Baseball, Frisbee,, Rugby,)

## Kursprofil 2 - Sequenz<sup>1</sup>

Schule: Hüffertgymnasium Warburg

Kurs: GK

Lehrkraft:

BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/b/c/f
---	---

Halbjahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen	
	BWK	SK/MK/UK		w	f
Q 1.1.	<b>BF 1</b> <b>BWK 2</b>	IF d: SK 1, MK 1/2 IF f: SK 1	<b>Andauernd ausdauernd (Laufen)</b> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer beim Laufen anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. <i>Formen der Ausdauer → Langzeitausdauer, Energiebereitstellung: aerob, anaerob, aerob- anaerobe Schwelle, Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode) Trainingsplanung und Trainingssteuerung, individualisierte Trainingspläne → gesundheitliche Auswirkungen → eigene Fitness, Dokumentation des Trainings im Laftagebuch</i>		
	<b>BF/SB 7</b> <b>BWK 3</b>	IF e SK 1, MK2, UK1 IF d SK 2	<b>Ein Mannschaftsspiel ohne Ball? : Ultimate Frisbee</b> – Entwickeln und variieren eines Mannschaftsspiels mit einer Frisbee mithilfe von Bewegungsaufgaben. <i>Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen mit einer Frisbee erarbeiten und erläutern unter besonderer Berücksichtigung des Fairnessgedanken.</i>		
	<b>BF/SB 7</b> <b>BWK 7</b>	IF e SK 1, MK2, UK1	<b>Basketball spielen – vom Miteinander zum Gegeneinander</b> - Stabilisierung grundlegender technischer Fertigkeiten/Fähigkeiten und taktischer Maßnahmen im Basketball <i>Festigung der Grundtechniken / Einführung- Stabilisierung von Korbwürfen Technische und taktische Voraussetzungen eines Basketballspielers abhängig von seiner Position Bewegungslernen /Bewegungsanalyse/Bewegungskorrektur</i>		
	<b>BF/SB 7</b> <b>BWK 1+2</b>	IF d MK 1 IF e MK 1	<b>Hockey</b> – Üben und festigen der technischen und taktischen Basisfertigkeiten		

Halbjahr	Bezug zu den KE	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen
	BWK		

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

	SK/MK/UK		w	f	
Q 1.2.	<b>BF/SB 7 BWK 4</b>	IF e MK 1 IF e MK 2 IF e SK	<b>Pitch, hit, run</b> – Erlernen baseballspezifischer Spielhandlungen und ihre Anwendung im Zielspiel. <i>Technik des Schlagens und Fangens; Raumaufteilung und Positionen in der Verteidigung; Baseball-Regelwerk;</i>		
	<b>BF/SB 3 BWK 5</b>	IF f MK, UK IF d SK 1 IF e UK	<b>Bronze, Silber und Gold</b> – Planung eines leichtathletischen Wettbewerbs mit dem Ziel das Deutsche Sportabzeichen zu erlangen. <i>Einen leichtathletischen Mehrkampf unter besonderer Berücksichtigung von Disziplinen für das Deutsche Sportabzeichen planen, durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten; Einflüsse und Auswirkungen von Sporttreiben beurteilen</i>		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w	f	
Q 2.1.	<b>BF/SB 7 BWK 3</b>	IF d UK IF f MK IF a SK 1	<b>Fußball</b> – Erproben und Beurteilen von selbst gestalteten Stationen. <i>Eigene koordinative Stärken und Schwächen erkennen, analysieren und für die Gestaltung eines effektiven Trainings nutzen, die entwickelten Übungs- und Spielformen präsentieren, erläutern und beurteilen;</i>		
	<b>BF 6 BWK 1</b>	IF b SK 1, UK 1 IF c: SK 1/2, UK	<b>Der mit dem Ball tanzt</b> – Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball – Bewegungen <i>Bewegungsgestaltungen mit dem Handgerät Ball allein und in der Gruppe. Improvisation, Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums Raum aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf die Raumebenen und auf die Partner durch das Werfen auch unterschiedlicher Bälle verbunden mit dem Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen</i>		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 2.2.	<b>BF/SB 3 BWK 1</b>	IF d MK 2 IF d SK 1 IF a SK 1	<b>Übung schafft die Grundlage</b> – Mediengestützte Bewegungsanalyse ausgewählter leichtathletischer Disziplinen aus Lauf, Sprung und Wurf mit dem Zielaspekt der individuellen Leistungsverbesserung als Grundlage für den leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation.  <i>Verschiedenen Lernmethoden (differenziell/klassisch) beschreiben und vergleichen; Bewegungsanalyse/Phasenstruktur von Bewegungen, Fremdeinschätzung/Selbsteinschätzung; Lernprotokoll und Lernpartner; Belastungsnormative</i>		
		<b>BF/SB 6 BWK 1</b>	IF a UK IF d SK 2 IF d MK1	<b>Vorbereitung auf den Abiball</b> – . Improvisation , Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums <b>Raum</b> aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf die Raumebenen und auf die Partner durch das Werfen auch unterschiedlicher Bälle verbunden mit dem Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen	

# Bewegungsfelder

BF/SB	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß</li> <li>- Formen ausdauerndes Laufen (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)</li> <li>- Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (ausgewählt)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren. (BWK 3.1)</li> <li>• einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen. (BWK 3.2)</li> <li>• Formen ausdauerndes Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten). (BWK 3.3)</li> <li>• alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien durchführen.</li> <li>• historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten. (BWK 3.5)</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Indiacas, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technische-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. (BWK 7.1)</li> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. (BWK 7.2)</li> <li>• selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.</li> <li>• Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen. (BWK 7.4)</li> </ul>

# Inhaltsfelder

IF	Inhaltliche Schwerpunkte	Kompetenzerwartungen – Die Schülerinnen und Schüler können....
IF d	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Trainingsplanung und -organisation</li> <li>– Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</li> <li>– Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SK 1)</li> <li>• physiologische Maßnahmen durch Training erläutern. (SK 2)</li> <li>• die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (MK 1)</li> <li>• Trainingspläne und Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK 2)</li> <li>• Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF e	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>– Fairness und Aggression im Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SK)</li> <li>• individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. (MK 1)</li> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK 2)</li> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF a	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens vergleichend beurteilen (UK)</li> </ul>
IF b	Gestaltungskriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK).</li> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK).</li> </ul>
IF c	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (SK 2)</li> <li>• unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngelungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF f	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK 1),</li> <li>• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)</li> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK).</li> </ul>

### ***Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben***

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ muss folgende Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind:

- Tanz (z.B. Zumba, HipHop, Jazz, Gardetanz, Musicals)
- Gymnastik (mit Handgerät z.B. Seil, Ball, Tuch)
- Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Zweikampfformen ohne direkten Körperkontakt (z.B. Karate)
- Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Grundtechniken der Selbstverteidigung, Judo)



### Kursprofil 3 - Sequenz<sup>2</sup>

Schule: Hüffertgymnasium Warburg

Kurs: GK

Lehrkraft:

BF/SB 6 Gestalten, Tanzen Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	IF b Bewegungsgestaltung IF c Wagnis und Verantwortung sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/b/c/f
--	--

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w                      f		
Q 1.1.	<b>BF 1</b> <b>BWK 2</b>	IF d: MK 1/2  If f: SK 1, UK 1	<b>Andauernd ausdauernd (Laufen)</b> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer beim Laufen anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. Formen der Ausdauer → Langzeitausdauer, Energiebereitstellung: aerob, anaerob, aerob- anaerobe Schwelle, Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethode) Trainingsplanung und Trainingssteuerung, individualisierte Trainingspläne → gesundheitliche Auswirkungen → eigene Fitness, Dokumentation des Trainings im Lauftagebuch		
	BF 6 BWK 6.2 + 6.5	IF b: SK 1, MK 1	<b>Von den Tanz-Basics zur gestalteten Gruppenchoreographie</b> – Ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen und –themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik und formaler Aufbau) zum Experimentieren und Improvisieren nutzen		
	BF 9 BWK 6.3 /6.2	IF a: SK 1, UK 1 IF b: MK 1, UK 1	<b>Zweikampf ohne direkten Körperkontakt:</b> Erlernen einer Kata als Grundlage einer eigenständigen Variation und Erweiterung einer vorgegebenen Bewegungsabfolge Grundlegende Kampfpositionen und –haltungen, Angriffs- und Abwehrsituationen, Ritualisierungen auf der Basis fernöstlicher Weltanschauungen, der Weg vom Körper zum Geist		
Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w                      f		
Q 1.2.	<b>BF/SB 6</b> BWK 6.1 / 6.4	IF b: SK 1, UK 1	<b>Sprungseil, Tuch, Band, Reifen und Ball – Bewegungs- und Gestaltungsaufforderungen von Geräten aufnehmen und umsetzen</b> Selbständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren, Rhythmische Koordinationsübungen, Geschicklichkeit mit dem Gerät üben, Improvisation, Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums <b>Raum</b> / Erweiterung → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen		

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

	<b>BF/SB 7 BWK 3</b>	IF e: MK 1	<b>Ein Mannschaftsspiel ohne Ball? : Ultimate Frisbee</b> – Entwickeln und variieren eines Mannschaftsspiels mit einer Frisbee mithilfe von Bewegungsaufgaben. Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen mit einer Frisbee erarbeiten und erläutern unter besonderer Berücksichtigung des Fairnessgedanken.		
	<b>BF/SF 9 BWK 9.1</b>	IF c: MK 1	<b>Kräfte spüren – Kräfte messen: Grundlagen einer Zweikampfsportart am Beispiel Judo</b> Entwicklung erster Regeln als Grundlage für ein verantwortungsbewusstes Miteinander im Gegeneinander. Das Fallen wagen – die Landung lernen, Erarbeitung verschiedener Festhaltetechniken für Bodenrandori		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben		Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 2.1.	<b>BF/SB 9 BWK 9.1 / 9.2 / 9.3</b>	IF c: MK 1, SK 2; UK 1 IF e: MK 1	<b>Wir kämpfen auf dem sanften Weg</b> – Erweiterung der Grundtechniken der Zweikampfsportart Judo unter besonderer Berücksichtigung des verantwortlichen Handelns gegenüber dem Partner in Wagnissituationen Erarbeitung von Standtechniken im Judo, das Fallen wagen – den Wurf verantworten, Erarbeitung bewegungsfeldspezifischer Wettkampfregeln und Durchführung von Wettkämpfen		
	<b>BF/SB 6 BWK 6.2</b>	IF b: SK 1, UK 1	<b>Let´s Dance! Company und Spotlight:</b> Aus individuellen Highlights eine Show machen! Selbständig entwickelte stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung aller Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben		Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 2.2.	<b>BF/SB 9 BWK 9.1 / 9.3</b>	IF c: SK 1 MK 1	<b>Umhauen – Draufhauen – Abhauen: Grundlagen der Selbstverteidigung als Zweikampfform auch mit Gerät</b> Selbstbehauptung und Selbstbewusstsein schulen durch Körperwahrnehmungsübungen und Analyse und gezieltem Einsatz von Körpersprache, Stockabwehr, Schlüssel und weitere Alltagsgegenstände als Waffen zur Notwehr, Einfordern und Initiieren von Civilcourage		
	<b>BF/SB 6 BWK 1</b>	IF a UK IF d SK 2 IF d MK1	<b>Vorbereitung auf den Abiball – .</b> Improvisation , Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums <b>Raum</b> aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf die Raumebenen und auf die Partner durch das Werfen auch unterschiedlicher Bälle verbunden mit dem Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen		

# Bewegungsfelder

BF/SB	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gymnastik</b></li> <li>- <b>Tanz</b></li> <li>- <b>Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren. (BWK6.1)</li> <li>• selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren. (BWK6.2)</li> <li>• selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, Bewegungstheater, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) allein oder in der Gruppe präsentieren. (BWK6.3)</li> <li>• Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen. (BWK6.4)</li> <li>• ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder –themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen. (BWK6.5)</li> </ul>
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Ringen, Judo)</b></li> <li>- <b>Zweikampfformen ohne direkten Körperkontakt (z.B. Taekwondo, Karate)</b></li> <li>- <b>Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Fechten, Kendo)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in Kampfsituationen unterschiedliche Positionen und Bewegungen der Gegner/in zum eigenen Vorteil nutzen. (BWK9.1)</li> <li>• in Zweikampfsituationen günstige Bedingungen herstellen, um eigenes Angriffsverhalten erfolgreich zu realisieren. (BWK9.2)</li> <li>• durch angemessene Verteidigungs-/ Konterhandlungen oder/und vielseitige taktische Angriffsmaßnahmen (z.B. Manöver, Kombination) zum Erfolg gelangen. (BWK9.3)</li> </ul>

# Inhaltsfelder

IF	Inhaltliche Schwerpunkte	Kompetenzerwartungen – Die Schülerinnen und Schüler können....
IF b	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestaltungskriterien</li> <li>- Improvisation und Variation von Bewegung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK1)</b></li> <li>• <b>verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK1)</b></li> </ul> <p><b>Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK1)</b></p>
IF c	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</li> <li>- Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (SK1)</b></li> <li>• <b>unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (SK2)</b></li> <li>• <b>mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden. (MK1)</b></li> </ul> <p><b>unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UK1)</b></p>
IF a	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK1)</li> <li>• unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. (UK1)</li> </ul>
IF d	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingsplanung und -organisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (SK1)</li> <li>• Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (SK2)</li> </ul>
IF e	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MK1)</li> </ul>
IF f	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. (SK1)</li> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (UK1)</li> </ul>

#### ***Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben***

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Rückschlagspiel (z.B. Badminton)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten

### Kursprofil 4 - Sequenz<sup>3</sup>

Schule: Hüffertgymnasium Warburg

Kurs: GK

Lehrkraft:

BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/b/c/f
--	---

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 1.1.	<b>BF/SB 1</b> <b>BWK 1+3</b>	IF f SK 1 MK 1 UK 1 IF d MK 2	<b>Stark werden, ohne ein Kraftprotz zu sein</b> - Mit Hilfe von Kurzhanteln in Form von selbst gewählten Gewichten ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode planen und durchführen. Ein Fitnessprogramm unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren und unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.		
	<b>BF/SB 7</b> <b>BWK 1</b>	IF d UK IF f MK IF a SK 1	<b>Vom Partner zum Gegner:</b> Erlernen der badmintonspezifischen Grundschnitte und ihre Anwendung im Zielspiel. Techniken der Angriffs- und Verteidigungsschnitte, Raumaufteilung, Regelwerk		
	<b>BF/SB 7</b> <b>BWK 1+2</b>	IF a MK 1 SK 1 IF e MK 1+2	<b>Hockey</b> – Üben und Festigen der technischen und taktischen Basisfertigkeiten		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 1.2.	<b>BF/SB 1</b> <b>BWK 1</b>	IF d SK 1 IF f SK 1 MK 1 UK 1	<b>Ich hör auf mein Herz</b> – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination und unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden		

<sup>3</sup> Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

	<b>BF/SB 7 BWK 3</b>	IF d UK IF f MK IF a SK 1	<b>Badminton – Erproben und Beurteilen von selbstgestalteten Stationen</b> Eigene koordinative Stärken und Schwächen erkennen und analysieren und für die Gestaltung eines effektiven Trainings nutzen, die entwickelten Übungs- und Spielformen präsentieren, erläutern und beurteilen		
	<b>BF/SB 7 BWK 2+3</b>	IF e MK 1+2	<b>Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen</b> – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben		Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 2.1.	<b>BF/SB 1 BWK 2</b>	IF d SK 1 MK 1+2 IF f SK 2	<b>Mach mit - fit für den Oktoberlauf</b> – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren. Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.		
	<b>BF/SB 7 BWK 3</b>	IF e SK MK	<b>Zu zweit ist alles Leichter?? Taktiken im Doppelspiel erproben, beurteilen und angemessen im Wettkampfspiel einsetzen</b> In einem <b>Partnerspiel</b> gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden. Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.		
	<b>BF/SB 1 BWK 5</b>	IF d MK 2	<b>Stress und Anspannung effektiv lösen</b> – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen in Verbindung mit Ausdauer		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben		Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w f	
Q 2.2.	<b>BF/SB 1 BWK 3+4</b>	IF f SK 1 MK 1 UK 1	<b>So werde ich stark!</b> – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen		

<b>BF/SB 7 BWK 2+3</b>	IF e SK 1 MK 1	<p><b>Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste –</b> Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können</p> <p>Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.</p>		
<b>BF /SB 6 BWK 1</b>	IF a UK IF b SK 2 IF b MK 1	<p><b>Vorbereitung auf den Abiball –</b> Improvisation, Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums Raum aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf den Partner und Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen</p>		



# Bewegungsfelder

BF/SB	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen der Fitnessgymnastik</li> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</li> <li>• Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung</li> <li>• Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</li> <li>• psychoregulative Verfahren zur Entspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen. (BWK 1. 1)</li> <li>• sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BWK1.2)</li> <li>• selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK1. 3)</li> <li>• unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BWK 1.4)</li> <li>• selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen (BWK 1.5)</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)</li> <li>• Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,</li> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfvverhalten bewältigen,</li> <li>• selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen,</li> </ul>

# Inhaltsfelder

IF	Inhaltliche Schwerpunkte	Kompetenzerwartungen – Die Schülerinnen und Schüler können....
IF d	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden MK</li> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK)</li> </ul>
IF e	Gestaltungskriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK 1)</li> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK 1)</li> </ul>
IF a	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern SK 1</li> <li>• unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. SK 2</li> <li>• unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngewinnungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen (UK 1)</li> </ul>
IF b	Trainingsplanung und -organisation Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK 1)</li> <li>• die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch, Portfolio) (MK 1)</li> <li>• Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK 2)</li> <li>• Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK)</li> </ul>
IF c	Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten  Fairness und Aggression im Sport	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK 1)</li> <li>• individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK 1)</li> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK 2)</li> <li>• Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen (UK)</li> </ul>
IF f	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens  Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern</li> <li>• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen</li> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen beurteilen</li> </ul>

## ***Kursprofil 5: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben***

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Bewegung an Geräten - Turnen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen/ Gerätekombinationen
- Parkour und Freerunning
- Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltung

## Kursprofil 5 - Sequenz<sup>4</sup>

Schule: Hüffertgymnasium Warburg

Kurs: GK

Lehrkraft:

BF/SB 5 Bewegen an Geräten - Turnen BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	IF d Leistung IF e Kooperation und Konkurrenz sowie alle <b>fettgedruckten</b> KE der SK/MK/UK aus den IF a/b/c/f
---	---

Halbjahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen	
	BWK	SK/MK/UK		w	f
Q 1.1.	<b>BF 5</b> <b>BWK 1/5</b>	IF d: SK 1, MK 1/2 IF a: SK 3 IF c: SK 1	<b>Turnen an Reck, Barren und Ringe</b> Reck: Felgaufschwung, Umschwung, Unterschwing, - Kippbewegung Barren: Schwingen, Oberarmstand, Oberarmrolle, Abgänge mit Kehre und Wende Weitere Übungen für Sporteignungsprüfungen, Ringe: Schaukeln im Langhang (mit 1/2 Drehung) und Sturzhang Hilfestellung und Sicherung		
	<b>BF/SB 7</b> <b>BWK 1</b>	IF d: SK1, MK2, UK1 IF e: SK1, MK1/2; UK1	<b>Ein Mannschaftsspiel: Fußball oder Basketball</b> – Entwickeln vertiefen und variieren von individuellen Angriffstaktiken. (Basketball: Korbleger re/links; Fintieren; positionsbezogene Angriffstaktik im Spiel 1:1! Verteidigerverhalten- situationsangepasst. Fußball: Dribbling; Ball stoppen aus dem Dribbling; Finten; Torabschluss; Ballannahme; Verteidigerverhalten – situationsangepasst.)		
	<b>BF/SB 1</b> <b>BWK 1/4</b>	IF f: SK1, UK1 IF c: SK 2; UK	<b>Trainingsformen zur Verbesserung von Kraft und Kraftausdauer:</b> Circuittraining		

Halbjahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen	
	BWK	SK/MK/UK		w	f
Q 1.2.		IF e; SK 2 UK 1	<b>Mannschaftsspiel: Fußball oder Basketball- Spiel 2:2 und 3:3</b> Gruppentaktisches Angriffs- und Verteidigungsverhalten;		

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

	<b>BF/SB 7 BWK 2</b>		(Basketball: Block; Pick and Roll, Give and Go usw.; Verteidigung: switchen; Fußball: Doppelpass, Hinterlaufen, Übergabe usw. Verteidigerverhalten: Mann- Mannverteidigung; Ball- Raum Verteidigung)		
	<b>BF/SB 5</b>	If c: SK 1, MK1 IF b; SK 1, UK	<b>Normenungebundenes Turnen (Parcour und Freerunning)</b> Sprünge, Abrollen, Gleichgewicht usw. Hindernisbahnen überwinden mit turnerischen Elementen (Elemente aus Parcour und Freerunning)		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w                      f	
Q 2.1.	<b>BF/SB 7 BWK 4</b>	IF e MK2	<b>Mannschaftsspiel anders - Baseball</b> Brennball mit Baseball- Regeln; über T- Ball zum Baseball		
	<b>BF/SB 3 BWK 1/2</b>	IF d UK 1/MK 1/2	<b>Fit für den Beruf – das Sportabzeichen</b>		
	<b>BF/SB 5 BWK 3/4</b>	IF a SK1; UK	<b>Turnerische und akrobatische Partner und Gruppengestaltung</b> (Auswahl dynamischer und statischer Elemente)		

Halbjahr	Bezug zu den KE BWK SK/MK/UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen w                      f	
Q 2.2.	<b>BF/SB 3 BWK 3</b>	IF d MK 2 IF d SK 1 IF a SK 1	<b>Basketball – Mannschaftstaktik (Spiel 5:5)</b> Angriffsvarianten gegen Mann- Mannverteidigung und Zonenverteidigung		
	<b>BF/SB 6 BWK 1</b>	IF d SK 2 IF d MK1	<b>Vorbereitung auf den Abiball – .</b> Improvisation , Variation und Komposition von Bewegungsfolgen; Wiederaufnahme des Gestaltungskriteriums <b>Raum</b> aus der Eph hier besonderes Augenmerk auf die Raumebenen und auf die Partner durch das Werfen auch unterschiedlicher Bälle verbunden mit dem Wechsel der Positionen, Ausführungskriterien → Synchronität, Rhythmisierung von Bewegungen, Kompositionen Kriterien geleitet beurteilen		

# Bewegungsfelder

BF/SB	Inhaltliche Kerne	Kompetenzerwartungen
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen</li> <li>- Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen</li> <li>- Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch -koordinativ vertieften Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren. (BWK 1.).</li> <li>• Am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren (BWK 3).</li> <li>• An ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in Gruppe bewältigen.(BWK 4).</li> <li>• Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.(BWK 5).</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</li> <li>- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Indiacas, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technische-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden. (BWK 7.1)</li> <li>• in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. (BWK 7.2)</li> <li>• selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.(BWK 7.3.)</li> <li>• Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen. (BWK 7.4)</li> </ul>

# Inhaltsfelder

IF	Inhaltliche Schwerpunkte	Kompetenzerwartungen – Die Schülerinnen und Schüler können....
IF d	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Trainingsplanung und -organisation</li> <li>– Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</li> <li>– Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. (SK 1)</li> <li>• physiologische Maßnahmen durch Training erläutern. (SK 2)</li> <li>• die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio). (MK 1)</li> <li>• Trainingspläne und Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. (MK 2)</li> <li>• Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF e	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>– Fairness und Aggression im Sport</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. (SK)</li> <li>• individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. (MK 1)</li> <li>• bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK 2)</li> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF a	Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens vergleichend beurteilen (UK)</li> </ul>
IF b	Gestaltungskriterien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK).</li> <li>• Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK).</li> </ul>
IF c	Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK 1)</li> <li>• unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern. (SK 2)</li> <li>• unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngelungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen. (UK)</li> </ul>
IF f	Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK 1),</li> <li>• Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)</li> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK).</li> </ul>

### **3. Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung**

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST 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 lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

#### **3.1 Verbindliche Absprachen**

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen. Im Laufe der Q1/Q2 wird in allen Sportkursen unabhängig von der Wahl des Sportprofils von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht. Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt. Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

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

##### ***Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung***

Grundlage für die Bewertung in sportpraktischen Prüfungen sind die „Prüfungsanforderungen für die Bewertung der sportpraktischen Leistungen im Rahmen der Fachprüfung Sport im Abitur“. Die entsprechenden sportartspezifischen Kriterien können dort entnommen werden.



Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können:

Bewertet wird, wie der Schüler

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

### ***Verbindliche und mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung***

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

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden. *Konkretisierung zu 1 und 2:*
  - *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
  - *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten. *Konkretisierung zu 3 und 4:*

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

## **Sonstige Mitarbeit**

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

### **Sehr gut:**

Die Schülerin/der Schüler arbeitet bezüglich des Unterrichtsthemas mit anderen sehr kooperativ und verantwortungsbewusst zusammen, ist aufgeschlossen gegenüber anderen, ist meinungsbildend und gleichzeitig tolerant.

### **Gut:**

Die Schülerin/der Schüler arbeitet mit anderen bezüglich des Unterrichtsthemas erfolgreich zusammen, ist zuverlässig, initiativ und hilfsbereit.

### **Befriedigend:**

Die Schülerin/der Schüler verhält sich in der Gruppe bezüglich des Unterrichtsthemas kooperativ, kommunikationsfreudig und mitteilungsbereit.

### **Ausreichend:**

Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit bezüglich des Unterrichtsthemas mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.

### **Mangelhaft:**

Die Schülerin/der Schüler hat Mühe bezüglich des Unterrichtsthemas mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.

### **Ungenügend:**

Die Schülerin/der Schüler zeigt sich bezüglich des Unterrichtsthemas wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ