

Schulinterner Lehrplan
Sport für die
Sekundarstufe II
der Friedrich-Spee
Gesamtschule
Paderborn

Stand: 22.08.2018

Inhalt

	Seite
1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit	3
1.1 Rahmenbedingungen des Fachs Sport an der Gesamtschule	3
1.2 Sportprofil und Sportstätten der Schule	4
1.3 Leitbild für das Fach Sport	5
1.4 Qualitätsentwicklung und -sicherung	6
2. Entscheidungen zum Unterricht	6
2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	7
2.1.1 Einführungsphase	7
2.1.2 Qualifikationsphase	16
2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	45
2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	46
3. Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen	49
4. Qualitätssicherung und Evaluation	49

1. Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

1.1 Rahmenbedingungen des Fachs Sport an der Friedrich-Spee Gesamtschule

Die Friedrich Spee-Gesamtschule liegt im östlichen Stadtgebiet. Daraus resultieren besondere Anforderungen an eine Schule.

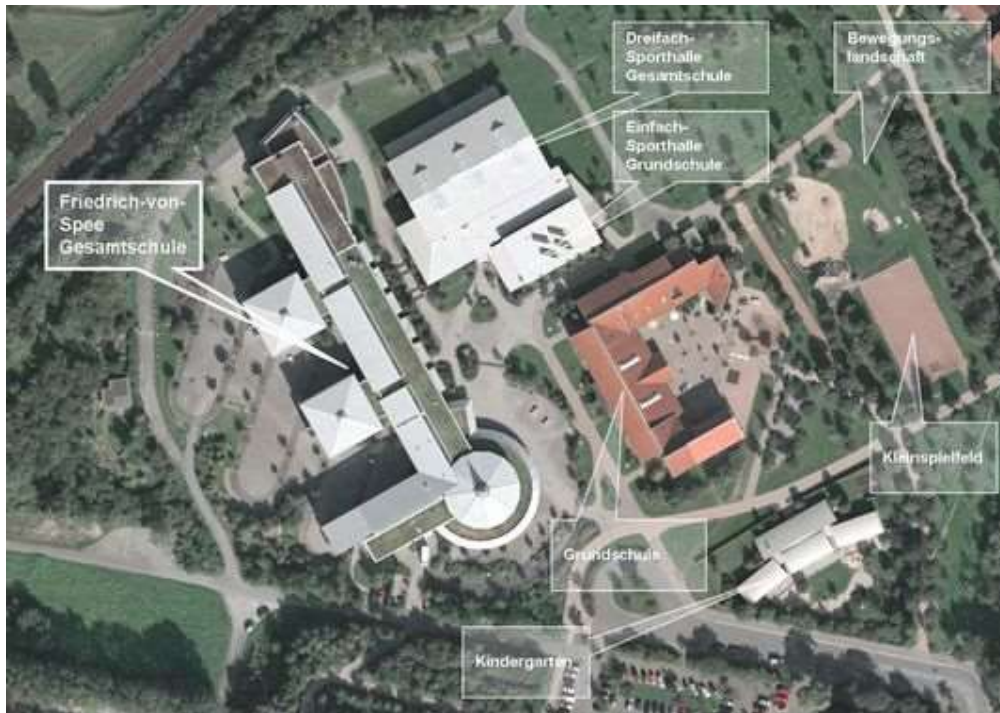


Abb. 1 Die Friedrich-Spee-Gesamtschule

Die großen, mit Sportgeräten ausgestatteten Freiflächen auf den beiden Schulhöfen erlauben einen Ausbau der schon vorhandenen Sportflächen und Sportgeräte, um den Aufforderungscharakter des Pausensports noch zu erhöhen.

In der Friedrich-Spee Gesamtschule werden 1116 Schülerinnen und Schüler der unterschiedlichsten Nationen unterrichtet. So wird unter anderem das pädagogische Konzept an die Anforderungen einer effektiven Integration ausgerichtet.

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

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Wahlpflichtbereich II sowie im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

1.2 Sportprofil und Sportstätten der Schule

Die Sportstätteninfrastruktur sowohl an der Friedrich--Spee-Gesamtschule als auch in der näheren Umgebung ist gut ausgebaut. So verfügt die Schule über eine Dreifachsporthalle sowie einen Gymnastikraum. In unmittelbarer Nähe liegt die Sport- und Freizeitanlage des TV1896, die infolge gelebter Kooperation sinnvoll in den Ganztagsrhythmus der Friedrich-Spee-Gesamtschule integriert ist.

Teilweise im direkten Umfeld der Friedrich-Spee-Gesamtschule befinden sich zahlreiche weitere Sportanlagen, die mit in den täglichen Sportunterricht einbezogen werden können.

	Sportanlage	Größe
Grundschule Kaukenberg	Turnhalle	15 x 27 m
	Kleinspielfeld (Tenne)	22 x 44 m
	Bewegungsgarten	
Sportanlage Goldgrund 	Kunstrasenspielfeld mit Trainingsbeleuchtung	
	130 m Laufbahn (Kunststoff)	
	Weit- und Kugelstoßanlage	
	Rasenspielfeld	
	Kleinspielfeld (Kunstrasen)	22 x 44 m
	Hochsprunganlage	
	Beachanlage	36 x 22 m
	Städtisches Sportgebäude mit Gruppenräumen	
	Skater-Park	
	Trialstrecke für Mountainbike/ BMX/ etc. (projektiert)	
Sport- und Begegnungsstätte des TV 1875 Paderborn e. V.	Gymnastikraum, Fitnessstudio, Tanzstudio, Kletterwand, Studiobühne	
Grundschule Auf der Lieth	Turnhalle	15 x 27 m
	Sportfreianlage	

Tab. 1 Sportanlagen im Einzugsbereich der Friedrich-Spee-Gesamtschule

Die Spee Gesamtschule unterstützt in ihrer Gesamtheit jegliche Bewegungsförderung im Regelunterricht. Positive Erfahrungen mit sport- und spielbetonten Wandertagen bzw. Klassenfahrten in die Sportschule Hachen oder nach Borkum werden fortgeführt und vertieft. Zudem werden positive Erfahrungen mit Unterrichtsgängen (zum Beispiel im naturwissenschaftlichen Unterricht inklusive Ernährung), mit bewegungsunterstützenden Unterrichtsmethoden wie Lernkreisen und Lernstationen sowie durch entsprechende schulinterne Fortbildungen des Kollegiums intensiviert.

Die regelmäßige Teilnahme von Schulmannschaften an regionalen und überregionalen Wettkämpfen mit dem Ziel, sportlich talentierte Schülerinnen und Schüler dauerhaft für ein leistungssportliches Engagement zu begeistern, wird nicht nur fortgeführt, sondern soll zukünftig verstärkte Aufnahme in das Schulprogramm der Friedrich-Spee Gesamtschule finden. Die entwickelte Kultur von Sporttagen bzw. Sportfesten und Schulfesten mit sportlichem Charakter wird beibehalten und erweitert. Ab Klasse 8 wird der Übungsleiterschein „Breitensport“ als Sportmodul angeboten, für die Oberstufe soll er verpflichtend werden. Ferner werden die jetzt schon praktizierte Erste-Hilfe-Ausbildung sowie die Sporthelferausbildung fortgeführt. Die jährlich stattfindende jahrgangsübergreifende Ski-Freizeit ist mittlerweile fester Bestandteil der bewegungsfördernden Lernkultur geworden.

An den Langtagen (Montag, Mittwoch und Donnerstag) findet während der Mittagspausen ein 60min. *Betreuungs- bzw. Sportangebot* für die Jahrgangsstufen 5-10 in der Sporthalle statt. Die Aufsicht/ das Training in der Turnhalle wird jeweils von einer Sportlehrkraft und zukünftig von zwei ausgebildeten Sporthelferinnen und –helfern in Zusammenarbeit mit einem Sportstudenten durchgeführt.

1.3 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm der Friedrich-Spee Gesamtschule drückt sich im Leitbild aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will getreu dem Motto „Mens sana in corpore sano“.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept ermöglicht sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit.

Den Schülerinnen und Schülern soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an regionalen wie überregionalen Wettkämpfen ein.

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

Die Friedrich-Spee Gesamtschule fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diesen differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können sowie den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,

- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Wahlpflichtbereich II sowie im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungs- und Methodenkompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

1.4 Qualitätsentwicklung und -sicherung

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

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

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

2. Entscheidungen zum Unterricht

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Daraus leitet sich die Verpflichtung jeder Lehrkraft ab, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden bzw. weiter 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 Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die **Einführungsphase** vorgestellt. Die Fachkonferenz der Friedrich-Spee-Gesamtschule hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den unterschiedlichen Bewegungsfeldern und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**. Schulorganisatorisch wird das im Vorfeld durch Einwahl in Kursprofile über einen Wahlbogen zu Beginn des Schuljahres erfolgen.

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

Während der Fachkonferenzbeschluss zum „Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben“ zur Gewährleistung vergleichbarer Standards sowie zur Absicherung von Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln für alle Mitglieder der Fachkonferenz Bindekraft entfalten soll, besitzt die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ (Kapitel 2.1.2) empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachkonferenzinternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen, die im Einzelnen auch den Kapiteln 2.2 bis 2.3 zu entnehmen sind.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel wird zunächst ein Beispiel für die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt.

Strukturell erfolgt zunächst immer die Beschreibung der Profilierung, an die sich dann eine Übersicht über die Qualifikationsphase anschließt. Wer darüber hinaus noch einen tieferen Einblick bis auf die Ebene der Kompetenzerwartungen sucht, wird dann in der nachfolgenden Konkretisierung fündig.

2.1.1 Einführungsphase

Profilierung

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

Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halbjahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. HJ	UV I (BF3)	Mach mit - fit für einen Ausdauerlauf – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.
	UV II (BF7)	Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.
	UV III (BF5)	Stars auf der Matte – Eine Gruppengestaltung auf dem Boden unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten.
	UV IV (BF1)	Die Turnhalle als Fitness-Studio entdecken – Mit Hilfe von Übungen aus der Funktionsgymnastik ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusiv e der passenden Dehnmethode entwickeln, demonstrieren sowie beurteilen.
	Freiraum	ca. 6 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
2. HJ	UV V (BF7)	Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.
	UV VI (BF6)	Let's Dance! – Eine Gruppengestaltung aus dem Bereich Tanz (Hip Hop, Jump Style oder Dance-Aerobic) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege und Formationen sowie des Einsatzes eines (Hand-)Geräts/ Objekts selbstständig entwickeln, präsentieren und bewerten.
	UV VII (BF3)	Diskurswurf oder Speerwurf – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten
	Freiraum	ca. 14 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Einführungsphase (EF) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

Thema: Mach mit fit für einen Ausdauerlauf – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung u. Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen ¹

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Trainingsplanung und Organisation (d)
- 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)
- 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. 12Std.

Unterrichtsvorhaben II:

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

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele – Badminton

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.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)

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 gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Stars auf der Matte – Eine Gruppengestaltung auf dem Boden unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege, Raumebenen und Formationen skizzieren, präsentieren und bewerten.

BF/SB: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltlicher Kern:

Bodenturnen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Den körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen und der Bewegungsumwelt anpassen.
- In Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und das Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

Inhaltsfeld: b – Gestaltung, c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

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)
- 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. 15 Std.

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Die Turnhalle als Fitness-Studio entdecken – Mit Hilfe von Übungen aus der Funktionsgymnastik ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Kräftigung großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode entwickeln, demonstrieren sowie beurteilen.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

- Formen der Fitnessgymnastik
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Stepp-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.
- Unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

Inhaltsfelder: f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- 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. 12 Std.

Einführungsphase (EF) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern: Mannschaftsspiele (Basketball)

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, c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)
- Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- Den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frust, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- Sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). (MK)
- In sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (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, Gruppen-druck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Let's Dance! – Eine Gruppengestaltung aus dem Bereich Tanz (Hip-Hop, Jump Stile oder Dance-Aerobic) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Raumwege und Formationen sowie des Einsatzes eines (Hand-)Geräts/ Objekts selbstständig entwickeln, präsentieren und bewerten.

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

- Tanz
- Gymnastik

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 - Gestaltung,

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, c - Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (unter andere. Raum) erläutern. (SK)
- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. (MK)
- In sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse reagieren. (MK)
- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppen-druck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 15 Std.

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Diskurswurf oder Speerwurf – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

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

Bewegungsfeldübergreifende 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)
- Ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Summe Einführungsphase: ca. 90 Stunden (Freiraum ca . 30 Stunden)

2.1.2 Qualifikationsphase

An der Friedrich-Spee Gesamtschule gibt es in der Oberstufe unterschiedliche Grundkurse, die sich aus vier unterschiedlichen Profilbausteinen bzw. Bewegungsfeldern zusammensetzen können, von denen individuell im Kurs zwei Bausteine pro Grundkurs schwerpunktmäßig gewählt werden.

Die nicht gewählten Bausteine bzw. Bewegungsfelder können im angegebenen Freiraum aufgegriffen werden. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen

:

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

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben und den in der Einführungsphase festgelegten Bewegungsfeldern/Sportbereichen (BF/SB) ergeben sich folgende Profilbausteine:

Profilbausteine	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
A	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/BS 1)	d – Leistung	f – Gesundheit	
B	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/BS 3)	f – Gesundheit	d – Leistung	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
C	Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	c – Wagnis und Verantwortung	
D	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/BS 6)	c – Wagnis und Verantwortung	b – Bewegungsgestaltung	a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
E	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/BS 7)	d – Leistung	e – Kooperation und Konkurrenz	

Mögliche Kursangebote an der Friedrich- Spee Gesamtschule für die Sportkurse der Q-Phase:

1. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) und Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) – Kombination aus den Bausteinen **E** und **B**
2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) und Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 8) - Kombination aus den Bausteinen **E** und **D**
3. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (BF/SB 7) und Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5) - Kombination aus den Bausteinen **E** und **C**

Die in der Kurskombination nicht erlangten Kompetenzen müssen im Rahmen des Freiraums erlangt werden.

Übersicht über mögliche Unterrichtsvorhaben und die zu erreichenden Kompetenzerwartungen

Baustein A:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (unter Berücksichtigung des Inhaltsfeldes f – Gesundheit und d- Leistung)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen **inhaltlichen Kerne** folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- psychoregulative Verfahren zur Entspannung
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

1. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren/ Duathlon) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Trainingsplanung und Organisation (d)

Fitness als Basis für Gesund- und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

2. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethode(n) gezielt für sich selbst nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

funktionales Muskeltraining **ohne Geräte, mit einfachen Geräten** und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenzen Körperbildern beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

3. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und **mit speziellen Fitnessgeräten** zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden

Inhaltsfeld: f– Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern, beurteilen. (UK)

Zeitbedarf: ca. 8 – 10 Std.

4. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen²(d)
Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK)
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

5. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskel-entspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungs-fähigkeit eigenverantwortlich durchführen. (MK)

Zeitbedarf: ca. 6 - 8 Std.

6. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. (SK)

Zeitbedarf: 10 - 12 Std.

Baustein B:

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

(unter Berücksichtigung der Inhaltsfelder d – Leistung und a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen)

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

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

alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

1.Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training /Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca.12 - 15 Std.

2. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

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

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training /Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern. (übergreifend)
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern. (übergreifend)
- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainings-tagebuch, Portfolio).

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

3. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Leichtathletische Disziplinen (auch als Mehrkampf) unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training /Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca.12 - 15 Std.

4. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltliche Kerne:

leichtathletische Disziplinen
Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von z.B. 800m oder 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

Inhaltsfelder:

a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)
Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wett-kämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca.12 - 15 Std.

5. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste –
Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder:

Inhaltliche Schwerpunkte:

Fairness und Aggression im Spiel (e)

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (e)
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (f)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Baustein C:

Bewegen an Geräten – Turnen

(unter Berücksichtigung der Inhaltsfelder a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen und c – Wagnis und Verantwortung)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „Bewegen an Geräten – Turnen“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen: Bodenturnen, Akrobatik, Geräteturnen

1.Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Turnerische Elemente am Boden – Erarbeitung verschiedener turnerischer Elemente (z.B. Handstand, Handstützüberschlag, Flic-Flac)

BF/SB: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltlicher Kern:

Turnerische Bodenelemente wiederholen, vertiefen und neu erlernen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Verschiedenen turnerische Bodenelemente
- Helfen und Sichern

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Bewegungstechnisches Können entwickeln und Körperbeherrschung erfahren

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- Unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens erfahren
- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen erfahren

Zeitbedarf: ca.10 - 12 Std.

2.Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Fit im Geräteturnen – Erlernen verschiedener Bewegungselemente und Präsentation einer vorgegebenen Kür (z.B. Reck, Ringe)

BF/SB: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltlicher Kern:

Turntechnische Bewegungsformen an Reck oder Ringen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Techniken wie z.B. Aufschwung, Umschwung, Abgang (Reck); Schwingen, Hockhang, Sturzhang, Schwungverstärkung (Ringe)

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Optimierung der individuellen Bewegungsqualität unter Berücksichtigung turnspezifischer Bewegungsformen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren Kriterien geleitet Bewerten
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

3. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Parkour – turnerische Elemente situativ in anderen Kontexten anwenden
(Bewegungsfluss)

BF/SB: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltlicher Kern:

Vielfältiges Überwinden von Hindernissen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Techniken (z.B. Deep jump, Tic-Tac, Präzisionssprung, Katzensprung etc.)

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegung erfahren
- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10-12 Stunden

Baustein D:

Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (unter Berücksichtigung des Inhaltsfeldes b – Bewegungsgestaltung)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 40). Die **inhaltlichen Kerne** sind:

- Gymnastik
- Tanz
- Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

1. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Der mit dem Ball tanzt – Präsentation und Beurteilung einer *BallKoRobics* Choreographie unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic Schritte in Kombination mit Arm – Ball - Bewegungen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

2. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit einem Objekt (z.B. Stock oder Stuhl) unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- 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
- **Objekte** oder **Materialien** als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation - nutzen

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca.12 - 15 Std.

3. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: **Gehen, stehen, *posen*** – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände-/Materialien darstellen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder – Themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Im-provisieren nutzen.

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

4. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Kein Schulmusical ohne uns – das Leitmotiv von *My Fair Lady* als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenaufgang und -abgang präsentieren

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene-tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (**Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau**) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfelder: b – Gestaltung, c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Improvisation und Variation von Bewegung (b)

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neugestalten) unterscheiden (MK)
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK)

Zeitbedarf: ca. 18 - 21 Std.

5. Beispiel für Unterrichtsvorhaben:

Thema: Wir schaffen das – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation von *Jumpstyle*-Choreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Selbstständig entwickelte stilgebundene und **stilungebundene** tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Baustein E: Spielen in und mit Regelstrukturen (unter Berücksichtigung der Inhaltsfelder e – Kooperation und Konkurrenz und d – Leistung)

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen **inhaltlichen Kerne** folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 37f):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiac, Prellball, Rugby, Schlagball)

1. Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben:

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

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

□

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

2. Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben:

Thema: Voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko, um die Feldabwehr zu verbessern.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern, bei der Durchführung von Wett-kämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

3. Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben:

Thema: Streetball – Von der Halle auf den Platz – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante (Basketball/Handball) unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Streetball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.
- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechter- differenten Körperbildern beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

4. Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern, bei der Durchführung von Wett-kämpfen anwenden sowie für den eigenen Wettkampf taktisch nutzen.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

5. Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben:

Thema: Die Prüfung kommt zum Schluss – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Basketball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

6. Beispiel für ein Unterrichtsvorhaben:

Thema: Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen

BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben für ein mögliches Profil aus Baustein A (BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen) und Baustein D (BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 19 Wochen = 57 Std.	UV1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 12 – 15 Stunden
	UV 3	Der mit dem Ball tanzt – 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 ca. 12 – 15 Stunden
	UV 3	So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethodengezielt für sich selbst nutzen ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 12 – 21 Stunden
Q 1.2 21 Wochen = 63 Std.	UV 4	Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit Stock und Stuhl unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren ca. 12 – 15 Stunden
	UV 5	Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen ca. 10 – 12 Stunden
	UV 6	Gehen, stehen, posen – die Alltagssituation „shoppen“ durch Improvisation unter besonderer Berücksichtigung dynamischer Kontraste mit oder ohne Gegenstände/Materialien darstellen ca. 15 - 18 Stunden
	Freiraum	ca.18 - 26 Stunden

Q 2.1 16 Wochen = 54 Std.	UV 7	Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig – Möglich keiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen ca. 8 - 10 Stunden
	UV 8	Ich hör auf mein Herz – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden ca. 12 – 15 Stunden
	UV 9	Kein Schulmusical ohne uns – das Leitmotiv von <i>My Fair</i> <i>Lady</i> als Gruppentanz gestalten und mit Bühnen Auf- und A b- gang präsentieren ca. 18 – 21 Stunden
	Freiraum	ca. 8 - 16 Stunden
Q 2.2 11 Wochen = 33 Std.	UV 10	Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen in Verbindung mit dem UV 12 ca. 4 - 6 Stunden
	UV 11	Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Erarbeitung und Präsentation von Jump Style- Choreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke ca. 12 – 15 Stunden
	UV 12	Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen in Verbindung mit dem UV 10 ca. 10 - 12 Stunden

Sportabzeichen

Der Fachbereich legt fest, dass alle Schülerinnen und Schüler der gymnasialen Oberstufe mindestens das Sportabzeichen Bronze bzw. äquivalente sportliche Leistungen erbringen sollen. Während des Unterrichts wird kontinuierlich durch geeignete Übungsstationen die Möglichkeit geboten, die Leistungen zu erbringen.

Den Schülerinnen und Schülern wird zusätzlich die Möglichkeit eröffnet, die Leistungen im außerschulischen Bereich abzulegen und sie der Sportlehrkraft vorzuweisen. Hierfür können sie eine Einzelprüfkarte erhalten, um sich ihre erbrachten Leistungen bestätigen zu lassen. Die Erlangung des Sportabzeichens fließt in die Benotung mit ein.

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

In Absprache mit der Lehrerkonferenz sowie unter Berücksichtigung des Schulprogramms hat die Fachkonferenz der Gesamtschule-Friedrich-Spee die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen:

Überfachliche Grundsätze:

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

Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht an der Friedrich-Spee Gesamtschule folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbstgesteuertes Lernen geprägt.

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

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

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

In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-Verknüpfung** angestrebt.

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

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

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung u. Leistungsrückmeldung

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachkonferenzmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung und deren Vergleichbarkeit in der Sekundarstufe I trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen:

Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

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

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf 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

B. 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:

- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen bewertet.*
- *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 muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.*

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

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

3. Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen

Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie

Die Fachkonferenzen Sport und Biologie kooperieren fächerverbindend in der Einführungsphase. Im Rahmen des Biologieunterrichts des Unterrichtsvorhabens V: *„Biologie und Sport – Welchen Einfluss hat körperliche Aktivität auf unseren Körper?“* werden im Sportunterricht im Rahmen des Freiraums Fitnesstests wie der Cooper-Test durchgeführt und Trainingsformen vorgestellt, welche im Biologieunterricht interpretiert und mithilfe der Grundlagen des Energiestoffwechsels reflektiert werden. Der fächerverbindende Unterricht greift damit ebenfalls Inhalte des Unterrichtsvorhabens I *„Mach mit - fit für den Osterlauf“* sowie des Unterrichtsvorhabens III *„Die Turnhalle als Fitness-Studio entdecken“* auf und vertieft diese.

Zusammenarbeit mit dem Fach Pädagogik

Im Zusammenhang mit dem Unterrichtsvorhaben IV der EF *„Diskurswurf oder Speerwurf“* findet eine Vernetzung zum Pädagogikunterricht statt, welcher im 2. Halbjahr der Einführungsphase Lerntheorien thematisiert. Aspekte des motorischen Lernens, der Sportpsychologie sowie des Lernens am Modell können hier vertieft werden.

Schulsportfeste und –turniere

Leisten und Leistung zu erfahren, sind unverzichtbare Bestandteile des Sports. In ausgewählten Jahrgangsstufen sollen demnach auf der Grundlage des Unterrichts Bundesjugendspiele sowie Schulsportwettkämpfe und turniere- durchgeführt werden:

- In den Jahrgangsstufen 5-9 finden nach Möglichkeit jährlich die Sportfeste der Leichtathletik statt. Die Schülerinnen und Schüler der Sek.II sind in die Organisation derartiger Turniere und Wettkampfveranstaltungen mit eingebunden.
- In regelmäßigen Abständen findet ein Sponsorenlauf an der Friedrich-Spee Gesamtschule statt. Dieser wird in Kooperation der Fachschaft Sport und Oberstufenschülern organisiert. Die erlaufenden Gelder kommen zum Teil einer gemeinnützigen Organisation wie im Schuljahr 2017 z. B. der DKMS zu Gute.

4. Qualitätssicherung und Evaluation

Die Fachkonferenz Sport evaluiert in regelmäßigen Abständen die Qualität und Gestaltung ihrer Profile. Bei veränderten Ausgangsbedingungen (neues Sportstättenangebot, Kooperation mit schulischen und außerschulischen Partnern, neuen Trendsportarten etc.) können auf der Basis des KLP Sport jederzeit Anpassungen vorgenommen werden. Dieses beinhaltet auch neue Kursprofile, sowie ggf. die Einrichtung von Projektkursen. Diese Anpassungen sind durch den geplanten Aufbau einer Kooperation mit der Heinz-Nixdorf Gesamtschule im Bereich des Leistungskurses Sport zu erwarten.

