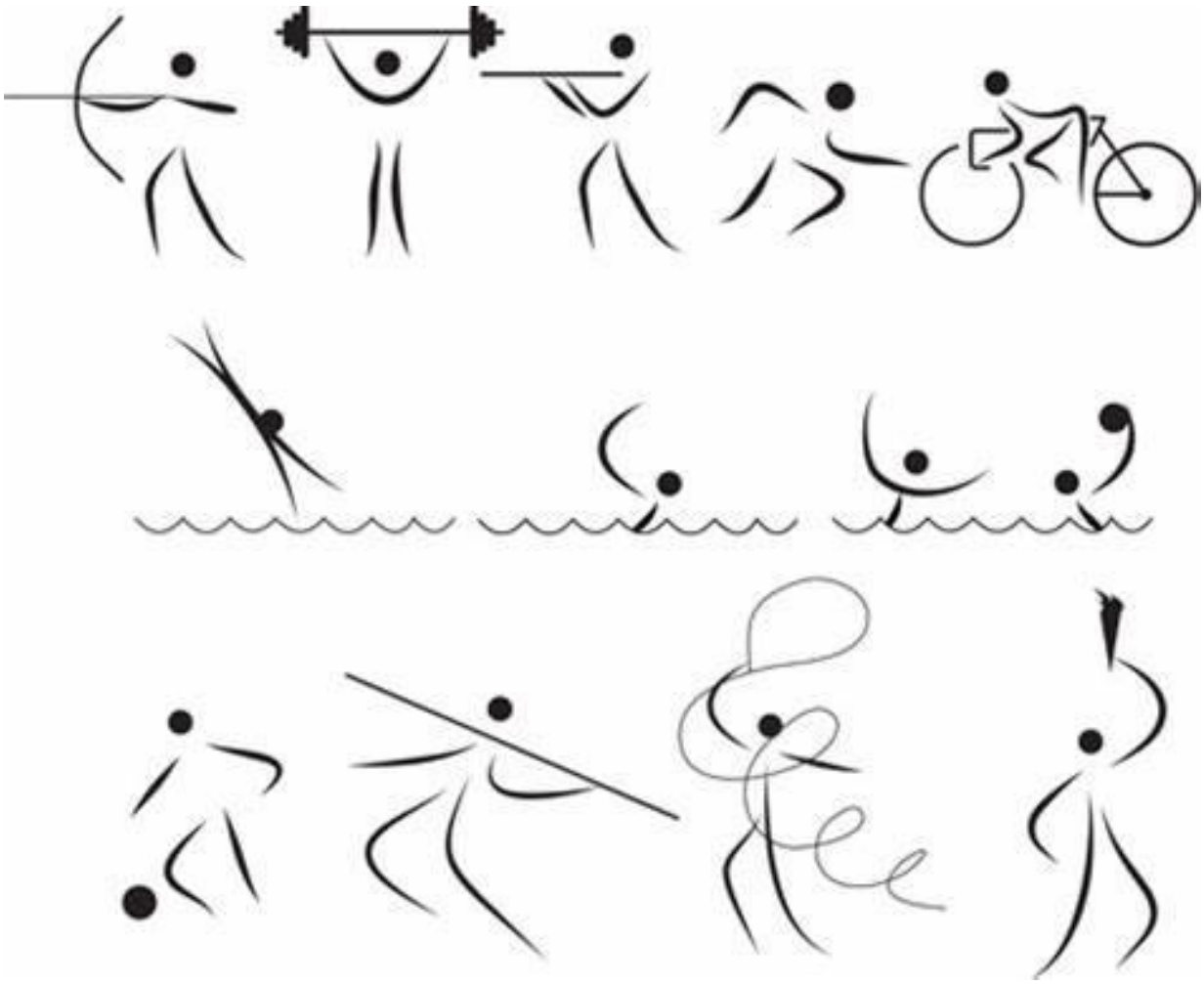
Lehrplan Sport

für die gymnasiale Oberstufe

an der Albert-Einstein Gesamtschule



Stand: 22.12.2020

Inhalt

1 Die FG Sport an der Albert-Einstein-Gesamtschule 3

1.1 Leitbild für das Fach Sport 3

1.2 Qualitätsentwicklung und –sicherung 4

1.3 Sportstättenangebot 5

1.4 außerunterrichtliches Sportangebot 5

2 Entscheidungen zum Unterricht 6

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben 7

2.1.1 Einführungsphase 7

2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs 23

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit 78

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung79

3 Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen 82

4 Qualitätssicherung und Evaluation 83

1 Die FG Sport an der Albert-Einstein-Gesamtschule

1.1 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm der Albert-Einstein-Gesamtschule drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will. Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport. Den Schülerinnen und Schülern der Albert-Einstein Gesamtschule sollen darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und - bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Die AEG fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport,

- so dass sie in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren
- sich als selbstwirksam erfahren
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstdisziplin etc.)
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können

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

  Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird. Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit 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. Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I und II vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen und ihre Handlungsfähigkeit im Sport beispielsweise durch den Erwerb der Sporthelferqualifikation und der Rettungsfähigkeit erweitern.

1.2 Qualitätsentwicklung und –sicherung

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart: Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und - sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports. Koordinator für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind die Fachvorsitzenden. Die Koordinatoren verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen. Die Fachkonferenz verpflichtet sich ein Leitbild mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule zu entwickeln. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit vorzulegen und regelmäßig im Abstand von 5 Jahren zu evaluieren und fortzuschreiben. Die Schülerinnen und Schüler sowie die Eltern sind an der Evaluation zu beteiligen. Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung eines Schulsportentwicklungsprogramms, das regelmäßig evaluiert und

fortgeschrieben wird. Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans (Skifahrt, Sporthelferturnier und Bundesjugendspiele, Sporthelferkonzept, Sport im Ganztag, Aufsichtskonzept Sportplatzkonzept, Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Schwimmkooperation mit den Grundschulen), im Rahmen einer systematischen Fachkonferenzarbeit. Die Fachkonferenz legt der Schulleitung zeitnah zum Beginn des Schuljahres einen Jahresarbeitsplan über die vereinbarten Veranstaltungen/Schulsporttermine vor. Diese werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn des Schuljahres vorgestellt.

1.3 Sportstättenangebot

Sportstätten der Schule:

- Dreifachsporthalle am Riesei
- Fußballplatz
- Schuleigener Kraftraum bzw. Fitnessraum
- Rasenplatz mit 4 Laufbahnen, 2-4 Sprunggruben sowie 1 Hochsprunganlage, 1 Kugelstoßanlage, 1 Speerwurf- und Hürdenlaufmöglichkeiten, Diskusscheiben ohne Käfig

Im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades (ganzjährige Schwimmzeiten in der Jg. 5, 6 und 7 Quartalsweise in der Jg.11)
- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

1.4 außerunterrichtliches Sportangebot

Im Bereich des offenen Ganztags gibt es zahlreich sportliche Angebote und Arbeitsgemeinschaften:

- Karate
- Tischtennis
- Tanz
- Rhönrad
- Trampolin
- Fußball
- Gesundheitsorientiertes Krafttraining

Zudem werden Wettkampfmannschaften der Schulen zu Kreismeisterschaften angemeldet und betreut.

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 Übersichts- und der Konkretisierungsebene. Neben der Durchführung der in den Kursprofilen beschriebenen Unterrichtsvorhaben in Q1 und Q2 findet in allen Kursen der EPh einheitlicher Unterricht statt. Trotz verschiedener Kursprofile hat die Fachkonferenz aber Maßnahmen zur Vergleichbarkeit der Leistungen beschlossen. In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils verbindlich. 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“ empfehlenden Charakter. Referendarinnen und Referendaren sowie neuen Kolleginnen und Kollegen dienen diese vor allem zur standardbezogenen Orientierung in der neuen Schule, aber auch zur Verdeutlichung von unterrichtsbezogenen fachgruppeninternen Absprachen zu didaktisch-methodischen Zugängen, fächerübergreifenden Kooperationen, Lernmitteln und -orten sowie vorgesehenen Leistungsüberprüfungen, die im Einzelnen auch den Kapiteln 2.2 bis 2.4 zu entnehmen sind. Abweichungen von den vorgeschlagenen Vorgehensweisen bezüglich der konkretisierten Unterrichtsvorhaben sind im Rahmen der pädagogischen Freiheit der Lehrkräfte jederzeit möglich. Sicherzustellen bleibt allerdings

auch hier, dass im Rahmen der Umsetzung der Unterrichtsvorhaben insgesamt alle Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans Berücksichtigung finden.

2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben

Im folgenden Kapitel wird zunächst die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgt die Qualifikationsphase, für die zwei Grundkursprofile entwickelt wurden. Strukturell erfolgt zunächst immer die Beschreibung der Profilierung, an die sich dann eine Übersicht über die Qualifikationsphase anschließt.

2.1.1 Einführungsphase

Profilierung „Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.“ (KLP S. 20) An der Albert-Einstein Gesamtschule werden in der Einführungsphase die Bewegungsfelder 1, 3, 4, 5, 7 und 8 (Projekt Ski) angesprochen, die Bewegungsfelder 1, 3, 6 und 7 als Profil bildend komplett abgedeckt.

Halbjahr	Nr.	Std.	Bewegungsfelder Unterrichtsvorhaben/Themen	BWK	SK	MK	UK
1. Hj.	1	12-15	**Fit werden, fit bleiben!** – Erprobung, Entwicklung und Beurteilung verschiedener Belastungsgrößen, Aufwärm- und Dehnmethoden im Hinblick auf die Zielrichtungen Kraft und Ausdauer, die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden sowie der gesundheitsprophylaktischen Vorbereitung der Skifahrt	1.1 1.2	d2		d1
1. Hj.	2	12-15	**Schnell aus der Puste?!** – Erstellung, Durchführung und Dokumentation eines Ausdauer-Trainingsplans unter besonderer Berücksichtigung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten und Ernährungsgrundlagen im Bereich Laufen zur gesundheitsorientierten Optimierung	1.1 1.2	d1 d2	d1 f1	d1 f1
1. Hj.	3	25-30	**Auf die Piste fertig, los!** – unterschiedlich steile Pisten sicher bewältigen	8.1 8.2	c1	c1	c1
1. und 2. Hj.	4	12-15	**Retten und sportliches Schwimmen im Wasser** – Sportschwimmen erlernen und Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug allein oder gemeinsam planen und bewältigen	4.1 4.2	c1 f1	f1	c1
2. Hj.	5	12-15	**Let's dance -** Erstellung einer Kür nach Musik unter Einbezug normierter, nicht-normierter sowie akrobatischer und tänzerischer Elemente	6.1 6.2	a1 b1	a1 b1	a1 b1
2. Hj.	6	12-15	**Basketball, die spezielle Spielfähigkeit verbessern** – gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden	7.1 7.2	e1	e1	e1
2. Hj.	7	12-15	**Diskus, Hürdenlauf, Speerwurf?!** – eine neu erlernte Wurf- oder Lauftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lehrweg und den persönlichen Erfolg bewerten und in einem leichtathletischen Mehrkampf unter Beweis stellen	3.1 3.2	d1	c1 d1	c1 d1

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* *Formen der Fitnessgymnastik* *Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Leistung (d)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Trainingsplanung und Organisation	

Thema des UV:
Fit werden, fit bleiben! *– Erprobung, Entwicklung und Beurteilung verschiedener Belastungsgrößen, Aufwärm- und Dehnmethoden im Hinblick auf die Zielrichtungen Kraft und Ausdauer, die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden sowie der gesundheitsprophylaktischen Vorbereitung der Skifahrt*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren (BWK 1.1).
- Unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden (BWK 1.2).

Sachkompetenz (SK):

- Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK d2).

Methodenkompetenz (MK):

Urteilskompetenz (UK):

- Ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: ***Fit werden, fit bleiben!*** *– Erprobung, Entwicklung und Beurteilung verschiedener Belastungsgrößen, Aufwärm- und Dehnmethoden im Hinblick auf die Zielrichtung Kraft, die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden sowie der gesundheitsprophylaktischen Vorbereitung der Skifahrt*

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Phasen des Aufwärmens • Dehnung, Mobilisation • Einschätzung individueller Leistungsfähigkeit • gesundheitsorientiertes Krafttraining • Prinzipien des Krafttrainings	• Erarbeitung eigener Stationen • Erproben verschiedener Kraftübungen • Fitnesstests • Gruppenarbeitsphasen • Demonstrationen durch die Lehrkraft und SuS	• Muskelgruppen • koordinative und konditionelle Fähigkeiten • Arbeitsweise der Muskulatur • gesundheitliche Aspekte des Krafttrainings • Grundprinzipien des Trainings • Kraftarten • aktiver und passiver Bewegungsapparat • Agonist/Antagonist	• Zirkeltraining • Kraft- und Kräftigungsübungen • Erwärmung anleiten • Dehnmethoden und -übungen • Erstellung von Übungen auf Stationskarte	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Trainingsplan erstellen • Übungen für verschiedene Muskelgruppen entwickeln • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Klausur zu den Theorieinhalten • Koordinative und konditionelle Fähigkeiten

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 2
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* *Formen der Fitnessgymnastik* *Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden*	
Inhaltsfelder: *Leistung (d)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Trainingsplanung und Organisation Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	

Thema des UV:
Schnell aus der Puste?! *– Erstellung, Durchführung und Dokumentation eines Ausdauer-Trainingsplans unter besonderer Berücksichtigung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten und Ernährungsgrundlagen im Bereich Laufen zur gesundheitsorientierten Optimierung*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren (BWK 1.1).
- Unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden (BWK 1.2).

Sachkompetenz (SK):

- Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methode, Prinzipien, Formen) erläutern (SK d1).
- Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK d2).

Methodenkompetenz (MK):

- Einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK d1).
- Sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen (UK d1).
- Die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen (UK f1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

***Thema des UV:* Schnell aus der Puste?!** *– Erstellung, Durchführung und Dokumentation eines Ausdauer-Trainingsplans unter besonderer Berücksichtigung allgemeiner Gesetzmäßigkeiten und Ernährungsgrundlagen im Bereich Laufen zur gesundheitsorientierten Optimierung*

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	

• Individuelle Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen
• Individuelle Laufgeschwindigkeit finden
• Körperliche Reaktionen wahrnehmen und einschätzen
	• Partnerarbeit
	• Selbstständiges Training außerhalb der Schule
	• Führen eines Trainingsplans
		• Pulsarten
		• Belastungsnormativa
		  ○ Intensität
		  ○ Umfang
		  ○ Dichte
		  ○ Pause
		• Methoden
		  ○ Dauermethode
		  ○ Intervallmethode
		  ○ Wiederholungs-methode
		• Superkompensation
			• Allgemeines und spezielles Aufwärmen
			• Rundenläufe
			• Streckenläufe
			• Staffelläufe
			• Ausdauerspiele
				Unterrichtsbegleitend:
				• Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen
				• Erarbeitung von Theorieinhalten
				• Trainingsplan erstellen
				• Durchhaltevermögen
				• Anstrengungsbereitschaft
				
				Punktuell:
				• 30-Minuten-Lauf
				• Cooper-Test
				• Beep-Test

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 1 Woche	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 3
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport*		*Inhaltliche Kerne:* *Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Wagnis und Verantwortung (c)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens* *Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen*	

Thema des UV:
Auf die Piste fertig, los! *– unterschiedlich steile Pisten sicher bewältigen*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen (BWK 8.1).
- In Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen (BWK 8.2).

Sachkompetenz (SK):

- Den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK c1).

Methodenkompetenz (MK):

- In sportliche Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren (MK c1).

Urteilskompetenz (UK):

- Den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK c1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Auf die Piste fertig, los! *– unterschiedlich steile Pisten sicher bewältigen*

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	

• Sicherheitsaspekte
• Ausrüstung kennenlernen
• Gewöhnung an den Schnee und an das Material
• Vorbereitung auf das Fahren
• Bremsen üben
• Vom Pflug in das parallele Fahren
	• Gleiten mit einem Ski
	• Bremsen
	• Fahren im Pflug
	• Lehrer fährt voraus
	  ○ Bewegungsübertragung
	  ○ Anpassung an Rhythmen
	  ○ Anpassung an den Fahrweg
	• Skischüler fährt voraus
	  ○ Lehrer kann Schüler aus verschiedenen Blickwinkeln beobachten
	• Aufteilung in Kleingruppen
	  ○ Verschiedene Aufgaben bewältigen
	  ○ Korrektur durch Lehrer
	  ○ Korrektur mithilfe von Videoaufnahmen
		• Pistenregeln
		• Ökologische Aspekte
		• Ausrüstung
		• Begriffe wie beispielsweise
		  ○ RGP
		  ○ Aufkanten
		  ○ Außen- und Innenski
		  ○ Carmen
		  ○ Pflug
		  ○ Parallelschwung
		  ○ Berg- und Talski
		  ○ Schussfahrt
		• Gesundheitsaspekte
			• Erarbeitung der Wurfbewegung
			• Einführung des Drei-Schritt-Rhythmus
			• Messverfahren
				Unterrichtsbegleitend:
				• Einhaltung der Pistenregeln
				• Hilfsbereitschaft
				• Anstrengungsbereitschaft
				• Individuelle Verbesserung
				Punktuell:
				• Schriftliche Überprüfung vor der Skifahrt
				• Bewältigung einer Piste
				• Kriterien
				  ○ Grundposition
				  ○ Technische Ausführung
				  ○ Bewegungsqualität und –ausführung

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Bewegen im Wasser - Schwimmen*		*Inhaltliche Kerne:* *Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken* *Rettungsschwimmen*	
Inhaltsfelder: *Wagnis und Verantwortung (c)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen* Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	

Thema des UV:
Retten und sportliches Schwimmen im Wasser *– Sportschwimmen erlernen und Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug allein oder gemeinsam planen und bewältigen*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen (BWK 4.1).
- Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen (BWK 4.2).

Sachkompetenz (SK):

- Den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK c1).
- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern (SK f1).

Methodenkompetenz (MK):

- Sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- Den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK c1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: ***Retten und sportliches Schwimmen im Wasser*** *– Sportschwimmen erlernen und Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug allein oder gemeinsam planen und bewältigen*

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	

• Individuelle Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen
• Individuelle Laufgeschwindigkeit finden
• Körperliche Reaktionen wahrnehmen und einschätzen
	• Partnerarbeit
	• Selbstständiges Training außerhalb der Schule
	• Führen eines Trainingsplans
		• Pulsarten
		• Belastungsnormativa
		  ○ Intensität
		  ○ Umfang
		  ○ Dichte
		  ○ Pause
		• Methoden
		  ○ Dauermethode
		  ○ Intervallmethode
		  ○ Wiederholungs-methode
		• Superkompensation
			• Allgemeines und spezielles Aufwärmen
			• Rundenläufe
			• Streckenläufe
			• Staffelläufe
			• Ausdauerspiele
				Unterrichtsbegleitend:
				• Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen
				• Erarbeitung von Theorieinhalten
				• Durchhaltevermögen
				• Anstrengungsbereitschaft
				
				Punktuell:
				• 30-Minuten-Lauf
				• Cooper-Test
				• Beep-Test
				• Test zu den Theorieinhalten
				  ○ Aerob/anaerob
				  ○ Vvv

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Bewegen an Geräten – Turnen*		*Inhaltliche Kerne:* *Tanz*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur (a)* *Bewegungsgestaltung (b)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Gestaltungskriterien	

Thema des UV:
Let's dance - Erstellung einer Kür nach Musik unter Einbezug normierter, nicht-normierter sowie akrobatischer und tänzerischer Elemente

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):
- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z. B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren (BWK 6.1)
- ein (Hand-)Gerät/Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen (BWK 6.2).

Sachkompetenz (SK):
- Unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK a1).
- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK b1).

Methodenkompetenz (MK):
- Aufstellungsräumen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (MK b1).
- Unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK a1).

Urteilskompetenz (UK):
- Den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK a1).
- Eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

***Thema des UV:* Ohne Hilfe geht nichts** *– Geräteturnen gemeinsam sicher gestalten und eine Kür unter Einbeziehung normierter, nicht-normierter sowie akrobatischer und tänzerischer Elemente selbstständig gestalten*

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	

• Variation von Bewegung
• Bewegungsgestaltung allein und mit der Gruppe
• Turnerische und akrobatische Leistungssituationen
• Merkmale von Bewegungsqualität
• Technisch-Koordination Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens
• Technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens
	• Erproben und vertiefen normierter Bewegungsformen
	• Erprobung und Reflexion von Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben
	• Präsentationen von Bewegungsgestaltungen
		• Bewegungen räumlich, zeitlich, dynamisch
		• Dynamik
		• Wahrnehmung und Körpererfahrung
		• Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
			• Gestaltungskriterien
			• Bewegungsstrukturen des motorischen Lernens
				Unterrichtsbegleitend:
				• Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen
				• Erarbeitung von Theorieinhalten
				• Anstrengungsbereitschaft
				• Gestaltungs- und Bewegungsaufgaben bewältigen
				
				Punktuell:
				• Präsentation der Gruppenkür unter Berücksichtigung von:
				  ○ Gestaltungskriterien
				  ○ Bewegungsqualität
				  ○ Bewegungsausführung
				  ○ Kreativität

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* *Mannschaftsspiele*	
Inhaltsfelder: *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	

Thema des UV:
Basketball, die spezielle Spielfähigkeit verbessern *– Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- In einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel Gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden (BWK 7.1).
- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden (BWK 7.2).

Sachkompetenz (SK):

- Grundlegende Aspekte der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK e1).

Methodenkompetenz (MK):

- Sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren) (MK e1).

Urteilskompetenz (UK):

- Die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK e1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: ***Basketball, die spezielle Spielfähigkeit verbessern*** *– Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden*

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	

• Vertiefung technischer Fertigkeiten (Passen, Stoppen, Dribbeln,…)
• Vertiefung Zonen- und Manndeckung
• Angriffsaufstellungen
• Taktiktafel
• Vertiefung der Basketballregeln
	• Erarbeitung von Kriterien für die Umsetzung Give and Go und Block
	• Bewertung von Spielsituationen anhand erarbeiteter Kriterien
	• Beobachtungsfluges
	• Schiedsrichtertätigkeit
	• Feedback geben
		• Give and Go
		• Direkter vs. Indirekter Block
		• Switch (Front cut/Backdoor cut)
		• Kenntnis der Spielregeln (Schiedsrichterz., Zeitregeln,…)
			• Taktische Prinzipien in Angriff und Abwehr
			• Aufstellungen
			• Block
			• Give and Go
				Unterrichtsbegleitend:
				• Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen
				• Erarbeitung von Theorieinhalten
				• Anstrengungsbereitschaft
				• Kooperationsfähigkeit
				
				Punktuell:
				• Kriteriengeleitete Überprüfung
				• Schriftliche Abfrage
				  ○ Regeln
				  ○ Züge
				• Bewertung des Spielverhaltens

Jahrgangsstufe: EF	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV	Laufende Nummer des UV: 7
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik*		*Inhaltliche Kerne:* *Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß*	
Inhaltsfelder: *Wagnis und Verantwortung (c)* *Leistung (d)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen* *Trainingsplanung und -organisation*	

Thema des UV:
Diskus, Hürdenlauf, Speerwurf?! *– eine neu erlernte Wurf- oder Lauftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten und in einem leichtathletischen Mehrkampf unter Beweis stellen*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf) (SK 3.1).
- Einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (BWK 3.2).

Sachkompetenz (SK):

- Unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK d1).

Methodenkompetenz (MK):

- In sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse (MK c1).
- Einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK d1).

Urteilskompetenz (UK):

- Den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK c1).
- Ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

***Thema des UV:* Diskus, Hürdenlauf, Speerwurf?!** *– eine neu erlernte Wurf- oder Lauftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten und in einem leichtathletischen Mehrkampf unter Beweis stellen*

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Abgrenzung der analytisch-synthetischen Methode gegenüber der Ganzheitsmethode • Gegenseitige Fehlerkorrektur und Benennung der Bewegungsmerkmale eines Speerwurfs im Drei-Schritt-Rhythmus • Planung eines kursinternen Wettkampfs	• Kriteriengeleitete Beobachtungsbögen zur Korrektur in Partnerarbeit • Dokumentation der individuellen Leistungsfähigkeit • Planung und Auswertung eines kursinternen Dreikampfs	• Messverfahren • Bildreihen • Wertetabellen • Sicherheitsaspekte	• Erarbeitung der Wurfbewegung • Einführung des Drei-Schritt-Rhythmus • Messverfahren	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Anstrengungsbereitschaft • Kooperationsfähigkeit • Entwicklung der Bewegungsabfolgen- **Punktuell:** • Klausur zu den Theorieinhalten • Überprüfung der Technik • Weitenmessung anhand einer Weiten-/Notentabelle

2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Qualifikationsphase an der Albert-Einstein-Gesamtschule gibt es in der Oberstufe in der Regel zwei, in Ausnahmefällen drei Grundkurse mit zwei unterschiedlichen Profilen. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich 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** Inhaltfelder 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 ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	**Kursprofile**			
	BF/SB		**Inhaltsfelder**	
1	**Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik**	**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**	**d - Leistung**	**e - Kooperation und Konkurrenz**
2	**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**	**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**	**b - Bewegungsgestaltung**	**f - Gesundheit**

Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben:

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 32):

- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. **Badminton**, Tennis, Tischtennis)

	Nr.	Std.	Bewegungsfelder Unterrichtsvorhaben/Themen	BWK	SK	MK	UK
Q1.1	1	12-15	**Was kann ich? Stärken und Schwächen erkennen** – In Gruppen in unterschiedliche leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten	3.1	d1	d2	d1
	2	15-18	**Erfolgreich im Miteinander** – Spielgemäße Weiterentwicklung (tactical Games approach) von Spieltechniken im Badminton zur Verbesserung der individuellen und kooperativen Spielfähigkeiten	7.1 7.2	a1 d1	e1 e2	a1
	3	12-15	**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	1.1 1.3 6.1 6.3	a2 b1	b1	b1
		9-18	Freiraum				
Q1.2	4	12-15	**Spielen wie die Profis der NBA** – Verbesserung technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten unter Berücksichtigung kooperierender Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampforientierter Spielsituationen im Basketball	7.1 7.2	c1 e1	c1 e2	e1
	5	10-12	**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	1.2 3.3	d1 d2 f1	d1 d2 f1	d1
	6	12-15	**Mit Training zum Erfolg** – badmintonspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimiert beherrschen und in Wettkampfsituationen anwenden	7.1 7.2	a3 e1	a1 e1 e2	e1
		12-15	**Freiraum**				
Q2.1	7	12-15	**Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – ausgewählte leichtathletische Disziplinen (Hochsprung und Kugelstoßen) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen im (alternativen) Wettkampf analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern	3.4	a3 d2	a1 e1	a1
	8	12-15	**Positionen im Badminton erkennen und nutzen** – Wahrnehmungsschulung zur Antizipation gegnerischen Spielverhaltens	7.1 7.2 7.3	a2 a3 d1	d1	d1

	9	12-15	**Wenn schon Muckibude, dann aber richtig** – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen	1.3 1.4 1.6	c2 f1 f2	f1	c1 f1
		12-15	**Freiraum**				
Q2.2	10	8-10	**Die Prüfung kommt zum Schluss –** individuelle Vorbereitung im Badminton auf die praktische Prüfung auf Grundlage der erworbenen Kenntnisse mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung	7.1 7.2	d1 e1	d2 e1 e2	d1 e1
	11	8-10	**Jetzt wird es ernst** – individuelle Vorbereitung in einem leichtathletischen Mehrkampf (Springt, Sprung, Wurf/Stoß) auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung	3.1 3.2	a3	a1	d1 e1
	12	12-15	**standardisierte rhythmische Bewegungen** – Gesellschaftstanz (u.a. Discofox, Walzer) mit Abschlussprüfung	6.1 6.2	b1	a1 b1	b1
		3-9	**Freiraum**				

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik*		*Inhaltliche Kerne:* *Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/Stoß*	
Inhaltsfelder: *Leistung (d)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen*	

Thema des UV:
Was kann ich? *- Stärken und Schwächen erkennen - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen (Springt, Sprung, Wurf/Stoß) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (BWK 3.1).

Sachkompetenz (SK)

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1).

Methodenkompetenz (MK)

- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK d2).

Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: ***Was kann ich?*** *- Stärken und Schwächen erkennen - In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen (Springt, Sprung, Wurf/Stoß) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten*

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Wiederholung der bereits bekannten Techniken in den Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf/Stoß) • Weiterentwicklung der technischen Fertigkeiten • Verbesserung der konditionellen Fähigkeiten durch die Erstellung individueller Trainingspläne zur Leistungssteigerung • Erlangen von Kenntnissen über physiologische Anpassungsprozesse und ihre Auslösung • Anwenden der Kenntnisse beim Erstellen der Trainingspläne	• Ermittlung der Leistungsfähigkeit in den leichtathletischen Disziplinen (eigener und die von anderen) • Erstellen eines individuellen Trainingsplans • Festhalten des Trainingsfortschritts und mit Hilfe dessen Weiterentwicklung des Trainingsplans • Beurteilen von Trainingsplänen anderer • Beurteilung von Wirkungen des Sporttreibens auf den Körper (z. B. Ist eine Übung sinnvoll (in Bezug auf das Ziel) oder nicht?)	• Physiologische Anpassungsprozesse • Auslöser von Anpassungsprozessen • Reizstufenregel	• Sprint • Sprung (Weitsprung oder Hochsprung) • Wurf/Stoß (Speer oder Kugel)	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Trainingsplan erstellen • Selbstständiges Arbeiten in Einzel-, Partner- und/oder Gruppenarbeit • Kooperationsbereitschaft • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Klausur zu den Theorieinhalten • Leichtathletischer Dreikampf am Ende des UVs • Schriftliche Überprüfung zu den Theorieinhalten • Koordinative und konditionelle Fähigkeiten • Techniküberprüfungen

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UVs: 15-18 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 2
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* *Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* Leistung (d) *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten* *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen* *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens*	

Thema des UV:
Erfolgreich im Miteinander *– Spielgemäße Weiterentwicklung (tactical games approach) von Spieltechniken im Badminton zur Verbesserung der individuellen und kooperativen Spielfähigkeiten*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- 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 (BWK 7.1).
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).

Sachkompetenz (SK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (SK d1).
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK a1).

Methodenkompetenz (MK):

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e1).
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e2).

Urteilskompetenz (UK):

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK a1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: ***Erfolgreich im Miteinander*** *– Spielgemäße Weiterentwicklung (tactical games approach) von Spieltechniken im Badminton zur Verbesserung der individuellen und koopeartiven Spielfähigkeiten*

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Aufgreifen und Verbessern der grundlegenden Techniken wie Vorhand Überkopf (Clear, Drop, Smash), Rückhand Überkopf (Clear), Vorhand Unterhand (Drop, Clear), Rückhand Unterhand (Drop, Clear) und Aufschlag (anknüpfen an die SI) • Anwenden und Erstellen von Beobachtungsbögen zur Partnerkorrektur • Wettkampfregeln kennenlernen und umsetzen • Taktikwissen erweitern und im Spiel (ggf. Turnierform) 1 gegen 1 sowie 2 gegen 2 anwenden • Verschiedene Konzepte des motorischen Lernens erarbeiten und erproben und in Bezug auf eine Bewegungsaufgabe bewerten	• Selbstständiges Vorbereiten von Kurzvorträgen zu verschiedenen Konzepten des motorischen Lernens (z. B. Phasen des motorischen Lernens, Methoden, open-loop/closed-loop) • Gruppenarbeit zur Erarbeitung von Beobachtungsbögen • Partnerbeobachtung • Üben anhand von Bildreihen	• Konzepte des motorischen Lernens • Kriterien von Beobachtungsbögen • Hinweise zum Korrigieren des Partners (Korrekturgrundsätze)	• Techniken des Badmintonspiels (anknüpfen an die SI) • Durchführung von wettkampfgemäßen Spielen (ggf. Turnieren) • Verbessern sportlicher Bewegung durch lernen mit Bildreihen • Erfahrungen im Doppel sammeln	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Kooperationsbereitschaft • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Selbstständiges Arbeiten in Einzel-, Partner- und/oder Gruppenarbeit • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Klausur zu den Theorieinhalten • Koordinative Fähigkeiten • Kurzvortrag zu einem Konzept des motorischen Lernens • Praktische Demonstration im Spiel 1 mit 1 und 1 gegen 1

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 3
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste*		*Inhaltliche Kerne:* *Formen der Fitnessgymnastik* Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder: *Bewegungsgestaltung (b)* *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Gestaltungskriterien* *Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen*	

Thema des UV:
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

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK 1.1).
- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 1.3)
- selbstständigentwickeltegymnastischeBewegungskompositionenmitoderoh-ne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.1)
- ObjekteoderMaterialienalsAusgangspunktdesästhetisch-gestalterischenBewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen (BWK 6.3)

Sachkompetenz (SK):

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1).
- grundlegende Aspekt der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK a2)

Methodenkompetenz (MK):

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1)

Urteilskompetenz (UK):

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **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

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Verbesserung der Ausdauerfähigkeit durch kontinuierlich Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems beim Übungsprozess • Erweiterung des motorischen Bewegungsspektrums und der Wahrnehmungsfähigkeit durch das Erlernen von Aerobic-Grundschritten sowie der Gestaltung einer Choreographie • Festlegen der Beurteilungskriterien für die Gruppen-Choreographie	• Grundschritte anhand einer Basischoreographie (Vor- und Nachmachen) erlernen • Qualität der Bewegungsausführung der Grundschritte insbesondere der Arm-/Beinkoordination herausarbeiten und verbessern • Gestaltungskriterien für eine „Aerobic“-Choreographie kennen lernen • Erstellen der Gruppenchoreographie unter Beachtung der festgelegten Beurteilungskriterien	• Grundschritte • koordinative und konditionelle Fähigkeiten (Auge-Hand-Koordination) • Informations-aufnahme und –verarbeitung • Gestaltungskriterien (Zählzeiten, Raumrichtungen, Zeit, Dynamik) • Qualität der Bewegungsaus-führung verbessern • Entwicklung einer Gruppenchoreo-graphie • Auge-Hand-Koordination	• Basischoreographie fortlaufend über eine Zeit von 10min. • Bewegungsausführung durch Korrektur von Gruppenmit-gliedern unterstützt durch Video-aufzeichungen • Einüben, Präsentieren und Reflexion von Zwischenergebnissen	**Unterrichtsbegleitend:** • Zwischenergebnisse demonstrieren und weiterentwickeln • mündliche Beiträge zur Verbesserung der Zwischenpräsentationen der Mitschüler *Beobachtungskriterien:* • Ausführungsqualität • Vielfalt der Bewegungsmuster • Beachtung der Gestaltungskriterien • Ausdruck und Kreativität **Punktuell:** • Präsentation der Gruppenchoreographie • Individuelle Präsentationsleistung *Benotungskriterien:* • Ausführungsqualität (individuell) • Synchronität der Gruppe • Erfüllung der vorher erarbeiteten Kriterien

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV: EF 7.1	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* *Mannschaftsspiele (Basketball)*	
Inhaltsfelder: *Wagnis und Verantwortung (c)* *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen* *Fairness und Aggression im Sport*	

Thema des UV:
Spielen wie die Profis der NBA – Verbesserung technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten unter Berücksichtigung kooperierender Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampforientierter Spielsituationen im Basketball

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch- kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1).
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).

Sachkompetenz (SK):

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK c1).
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1).

Methodenkompetenz (MK):

- mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden (MK c1).
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2).

Urteilskompetenz (UK):

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Spielen wie die Profis der NBA** – Verbesserung technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten unter Berücksichtigung kooperierender Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampforientierter Spielsituationen im Basketball

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Wiederholung der relevanten Techniken insbesondere im Hinblick auf wettkampforientiertes Spiel • Erlernen neuer Techniken und Taktiken des Angriffs- und Abwehrspiels (höheres Niveau, z.B.: Korbleger, Blockspiel, Fastbreak, …) • Durchführung von Komplexübungen zur Verbesserung der Präzision und Erarbeitung der verschiedenen Laufwege • Erkennen und Nutzen der Schwächen der Gegner im Angriffsspiel sowie Anwenden taktischer Maßnahmen im Spiel 5:5	• Verbesserung der Technik durch visuelle Impulse • Verbesserung der Technik durch Partnerbeobachtung auch in Kleingruppen • Bilden von leistungshomogenen und leistungsheterogenen Teams im Diskurs • Turnierformen • Spielanalysen durchführen um taktische Erkenntnisse ableiten unter Zuhilfenahme von Videoaufzeichnungen • Schülerorientierte Kurzvorträge/Referate (digital und analog)	• Abwehr- und Angriffstechniken im Basketball (Technik und Taktik) • Aspekte der fokussierten Spielbeobachtung • Lesen von Bewegungsreihen und Taktikskizzen • Faktoren für ein gelungenes Spiel unter besonderer Berücksichtigung von Fairness und Aggression • Wissen um kriteriengeleitete Auswertung von Videoaufzeichnungen • Faktoren zielgerichteter Partner-beobachtung und -korrektur	• Verbessern der Grundtechniken • Erlernen neuer Techniken • Verstehen und Anwenden taktischer Erkenntnisse • Erarbeitung von Analysekriterien • Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampf-orientierter Spielsituationen erarbeiten	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Klausur • Praktische Demonstration der technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten im Spiel 5:5

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik*		*Inhaltliche Kerne:* *Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen* *Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)*	
Inhaltsfelder: *Leistung (d)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Trainingsplanung und -organisation* Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen* *Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens*	

Thema des UV:

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 in verschiedenen Bewegungsbereichen

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BWK 1.2).
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten) (BWK 3.3).

Sachkompetenz (SK):

- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1).
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (übergreifend) (SK d2).
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f1).

Methodenkompetenz (MK):

- die Entwicklung ihrer individuelle Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d1).
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedliche Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK d2).
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **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 in verschiedenen Bewegungsbereichen

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Trainingsmethoden der Ausdauer • Trainingsmethoden der Schnelligkeit • Belastungsnormative • Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten (Laufschulung)	• Einschätzung des Anstrengungsgrads in Bezug auf Ausdauer, Pulsmessung vor und direkt nach der Belastung • Methodische Übungsreihen • Selbstständiges Üben in Kleingruppen • Tempowechselläufe • Intervallmethode • Dauermethode • Wiederholungsmethode • Kurvenläufe („in and outs“) • Ganganalyse	• Trainingsplanung/ • -organisation • Belastungsnormative • Koordinative Fähigkeiten • Trainingsmethoden • Prinzipien und Grundsätze des sportlichen Trainings • ATP-Resynthese • Maximale Sauerstoffaufnahme	• Trainingsplanung/ • -organisation • Belastungsnormative • Koordinative Fähigkeiten • Trainingsmethoden • Prinzipien und Grundsätze des sportlichen Trainings • ATP-Resynthese • Maximale Sauerstoffaufnahme	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Trainingsplan erstellen • Übungen für verschiedene Muskelgruppen entwickeln • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Klausur zu den Theorieinhalten • Koordinative und konditionelle Fähigkeiten • Arbeitsweise der Muskulatur • Gesundheitliche Aspekte des Trainings • Grundprinzipien des Trainings • Kraftarten • Aktiver und passiver Bewegungsapparat • Agonist/Antagonist • Erwärmung

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* *Partnerspiel (Badminton)*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen* *Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit* *Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten*	

Thema des UV:
Mit Training zum Erfolg – badmintonspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimiert beherrschen und in Wettkampfsituationen anwenden

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- In dem gewählten Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1).
- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).

Sachkompetenz (SK):

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK a3).
- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1).

Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK a1).
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e1).
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2).

Urteilskompetenz (UK):

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Im Team zum Erfolg** – spielgemäße Entwicklung von Techniken im Volleyball zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Wiederholung der relevanten Techniken insbesondere im Hinblick auf kontrolliertes und präzises Spiel • Erlernen neuer Techniken (höheres Niveau, z.B.: Aufschlag von oben, Angriffsschläge, Abwehrvarianten,…) • Erkennen taktischer Möglichkeiten im Abwehr- aber auch Angriffsverhalten • Durchführung von Komplexübungen zur Verbesserung der Präzision und Erarbeitung der verschiedenen Laufwege • Erkennen und Nutzen der Schwächen der Gegner im Angriffsspiel sowie Anwenden taktischer Maßnahmen im Spiel 2:2 bis 6:6	• Verbesserung der Technik durch visuelle Impulse • Verbesserung der Technik durch Partnerbeobachtung • Bilden von leistungshomogenen Teams • Turnierformen wie „King oft the Court“ anwenden • Spielbeobachtungen durchführen um taktische Erkenntnisse zu gewinnen	• Abwehrtechniken im Volleyball (Technik und Taktik) • Aspekte der fokussierten Spielbeobachtung • Lesen von Bewegungsreihen und Taktikskizzen • Faktoren für ein gelungenes Spiel	• Verbessern der Grundtechniken • Erlernen neuer Techniken • Verstehen und Anwenden taktischer Erkenntnisse	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Praktische Demonstration der Abwehrtechniken • Praktische Demonstration der technischen und taktischen Fertigkeiten im Spiel 6:6

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 7
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik*		*Inhaltliche Kerne:* Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Leistung (d)* *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen, biomechanische Grundlagen Trainingsplanung und –organisation Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	

Thema des UV:

Thema des UV: Auf dem Weg zur optimalen Leistung – ausgewählte leichtathletische Disziplinen (Hochsprung und Kugelstoßen) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen im (alternativen) Wettkampf analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten (BWK 3.4).

Sachkompetenz (SK):

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK a3).
- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK d2).

Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK a1).
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e1).

Urteilskompetenz (UK):

- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK a1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Auf dem Weg zur optimalen Leistung** – ausgewählte leichtathletische Disziplinen (Hochsprung und Kugelstoßen) im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen im (alternativen) Wettkampf analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Bewegungsmerkmale bei Hoch- und Weitsprungdisziplinen und bei Wurfdisziplinen • Phrasierung von Bewegungen • Unterschiedliche Formen beim Hoch- und Weitsprung • Unterschiedliche Formen bei Wurfbewegungen	• Erproben verschiedener Sprungformen • Erproben verschiedener Wurfvariationen • Anwendung der verschiedenen Bewegungsmerkmale	• Phasenmodelle • Stemmwurf • Drehwurf • Stoßtechnik • Fosbury-Flop • Wälzer-Sprung • Hangtechnik • Lauf- ABC • Biomechanische Prinzipien	• Aspekte alternativer Wettkämpfe	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Klausur • Bewegungsqualität • Kursinterne entworfene Leistungsskala • Alternativer Wettkampf

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Leistung (d)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Trainingsplanung und -organisation	

Thema des UV:
Positionen im Badminton erkennen und nutzen – Wahrnehmungsschulung zur Antizipation gegnerischen Spielverhaltens

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- In dem ausgewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1).
- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.3).

Sachkompetenz (SK):

- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK a2).
- Grundlegende Zusammenhänge von Strukutr und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten erläutern (SK a3).
- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1).

Methodenkompetenz (MK):

- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d1).

Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre Leistungsbilanz ergänzenden Faktoren (u.a. Konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungnen) beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Positionen im Badminton erkennen und nutzen** – Wahrnehmungsschulung zur Antizipation gegnerischen Spielverhaltens

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Taktische Züge im Einzel und Doppel • Angriff und Abwehrverhalten analysieren • Stellungsloser einüben • Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit durch vielfältige Übungssituationen • Aufschlagsposition • Annahmeposition	• Beobachtungsbögen • Situationsgerechtes Anwenden darf einzelnen Schlägen je nach Angriff- oder Abwehrstellung • Vor- und Nachteile verschiedener Positionen herausarbeiten und ausprobieren • Vorgegebene und selbst erarbeitete Übungen zur Schulung des Stellungsspiels im Einzel und Doppel	• Bewegungsphasen • Einteilung in Angriff- oder Abwerhschläge • Angriffsstellung • Abwehrstellung • Regelwerk	• Gegenseitige Korrektur • Videoanalyse • Schlagkombinationen • Erarbeitung und Präsentation von verschiedenen Übungen	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Teilnahme am Unterrichtsgespräch • Spielverhalten im Einzel und Doppel • Präsentation der Übungen **Punktuell:** • Klausur • Demonstration der einzelnen Schläge isoliert • Demonstration einer Schlagkombination • Demonstration des Spielverhaltens im Einzel und Doppel

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 9
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	
Inhaltsfelder: *Wagnis und Verantwortung (c)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	

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

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 1.3).
- Unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. Statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderungen individuell angemessen anwenden (BWK 1.4).
- Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden (BWK 1.6).

Sachkompetenz (SK):

- Unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (SK c2).
- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f1).
- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK f2).

Methodenkompetenz (MK):

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- Unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen (UK c1).
- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

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

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Kraftausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen fördern • Funktionales Muskeltraining zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung • Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen • Fremd- und Eigengewicht	• Erarbeitung verschiedener Stationen zu Musekelgruppen • Borg-Skala • Binnendifferenzierung	• Muskelgruppen • Dehntechniken • Prinzipien des Krafttraining	• Eigen- und Fremdgewicht • Erwärmung • Differenzierte Stationen	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Ausarbeitung von Übungen zu den entsprechenden Muskelgruppen • Kurzreferate

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 10
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen*		*Inhaltliche Kerne:* *Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)*	
Inhaltsfelder: *Leistung (d)* *Kooperation und Wettkampf (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Trainingsplanung und -organisation* *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen* *Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten* *Fairness und Aggression im Sport*	

Thema des UV:
Die Prüfung kommt zum Schluss – individuelle Vorbereitung im Badminton auf die praktische Prüfung auf Grundlage der erworbenen Kenntnisse mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-Koordinatoren Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1).
- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).

Sachkompetenz (SK):

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1).
- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1).

Methodenkompetenz (MK):

- Trainingsplätze unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK d2).
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bi der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e1).
- Individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2).

Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. Konditionelle/Koordination Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK d1).
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Die Prüfung kommt zum Schluss – individuelle Vorbereitung im Badminton auf die praktische Prüfung auf Grundlage der erworbenen Kenntnisse mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Vertiefte Anwendung technischer und taktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten zur Verbesserung der Spielfähigkeit im Badminton • Übung einzelner Schläge in verschiedenen Übungsformen • Spezialisierung der Positionen im Spiel	• Bildvorlagen und Videos zu Technik und Taktik • Selbstständig erarbeitete Spielzüge erproben und evaluieren • Anwendung im Einzel und Doppel • Beobachtungsbögen	• Grundlegendes situationsabhängiges Verhalten in Angriff und Verteidigung • Bewegungsphasen bei den einzelnen Schlägen • Grundlegendes Regelwerk (Zeit/Punkte)	• Vertiefung Angriff- und Abwehrposition • Vertiefung der einzelnen Schläge • Schiedsrichtertätigkeiten	**Unterrichtsbegleitend:** • Leistungsbereitschaft und Kooperationsfähigkeit • Praktische und theoretische Mitarbeit • Gegenseitige Unterstützung • Leistungsprogression **Punktuell:** • Kriteriengeleitete Überprüfung im Einzel und Doppel • Wissensüberprüfung Technik und Taktik

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik*		*Inhaltliche Kerne:* *Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß* *Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Leistung (d)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens* *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen* *Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen* *Trainingsplanung und -organisation* *Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung*	

Thema des UV:
Jetzt wird es ernst – individuelle Vorbereitung in einem leichtathletischen Mehrkampf auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung-/stabilisierung

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Techniken in einer Lauf-, Wurf-/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren (BWK 3.1).
- Einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (einschließlich einer Ausdauerleistung von 5000m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (BWK 3.2).

Sachkompetenz (SK):

- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK a3).

Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK a1).

Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. Konditionelle/Koordination Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen. (UK d1).
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Jetzt wird es ernst** – individuelle Vorbereitung in einem leichtathletischen Mehrkampf auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung-/stabilisierung

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Individuelle anaerobe/aerobe Belastung wahrnehmen und die eigen Leistungsfähigkeit einschätzen • Sicherheitsaspekte beim Stoßen • Erarbeitung der Technik • Ermittlung individueller Weiten und Höhen • Gegenseitige Fehlerkorrektur	• Variieren und Experimentieren • Beobachtungsfluges • Bildreihen • Videoanalyse • Üben und Trainieren • Wettkämpfen	• Phasenbilder • Zergliederungsmethode • Winkel • Rhythmus • Wettkampfregeln • Physiologische Anpassungserscheinungen	• Weit- und Hochsprung • Von der Ausgangssituation bis zur vollständigen Bewegung • Kriteriengeleitet Partnerkorrektur	**Unterrichtsbegleitend:** • Leistungsbereitschaft • Hilfsbereitschaft • Individuelle Verbesserung **Punktuell:** • Demoprüfung • Leistungsprüfung (Weite/Höhe) Schriftliche Leistungsüberprüfung der Techniken (biomechanische Prinzipien)

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 12
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste*		*Inhaltliche Kerne:* *Gymnastik* *Tanz* *Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Bewegungsgestaltung (b)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen* *Gestaltungskriterien* *Improvisation und Variation von Bewegung*	

Thema des UV:
standardisierte rhythmische Bewegungen – Gesellschaftstanz (u.a. Discofox, Walzer) mit Abschlussprüfung

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgeräte unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.1).
- Selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.2).

Sachkompetenz (SK):

- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1).

Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK a1).
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1).

Urteilskompetenz (UK):

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **standardisierte rhythmische Bewegungen** – Gesellschaftstanz (u.a. Discofox, Walzer) mit Abschlussprüfung

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	

• Technisch-koordinative Grundformenästhetisch-gestalterischen Bewegens
• Grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (Bewegungsrhythmus, , Körperspannung)
• Variation von Bewegung (räumlich, zeitlich)
• Bewegungsgestaltung mit dem Partner
	• Erproben und vertiefen normierter Bewegungsformen
	• Erproben und reflektieren von Gestaltungsaufgaben
	• Schematische Darstellung der Bewegungsabfolge
			• Erarbeitung normierter Schritte
			• Discofox, Walzer
			• Gestaltungsformen und -kriterien
				Unterrichtsbegleitend:
				• Normierte Ausführung der Schritte
				• Körperhaltung
				• Kooperationsfähigkeit
				• Anstrengungsbereitschaft
				• Individuelle Verbesserung
				Punktuell:
				• Tanzprüfung
				• Kriterien
				  ○ Körperhaltung/-spannung
				  ○ Schrittfolgen
				  ○ Übergänge
				  ○ Ausführung

Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben:

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“** muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind (vgl. KLP S. 35).

	Nr.	Std.	Bewegungsfelder Unterrichtsvorhaben/Themen	BWK	SK	MK	UK
Q1.1	1	12-15	**Fit mit dem Ball** – Erstellung und Beurteilung einer BallKoRobics Fitness-Choreographie zur Schulung der Ausdauer und Koordination	1.1 1.3	f2	f1	f1
	2	15-18	**Unsere eigene Choreo** - Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreographie mit Hilfe grundlegender Elemente mindestens eines Tanzstiles (z.B. Hip-Hop, Jazz, Jump Style) unter Berücksichtigung des Gestaltungsprozesses	6.2	a1 b1	b1	b1
	3	12-15	**Erfolgreich im Miteinander** – Spielgemäße Weiterentwicklung (tactical games approach) von Spieltechniken im Badminton zur Verbesserung der individuellen kooperativen Spielfähigkeiten	7.1 7.2	a1 d1	e1 e2	a1
		9-18	Freiraum				
Q1.2	4	12-15	**Aerobic Zumba und Co -** Erarbeitung und Gestaltung einer Fitnesschoreographie unter besonderer Berücksichtigung von Raum, Zeit und Dynamik	6.1 6.2	b1	b1	b1
	5	10-12	**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 im Laufen und Radfahren	1.2 3.1	d1 d2 f1	d1 d2 f1	d1
	6	12-15	**Spielen wie die Profis der NBA** – Verbesserung technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten unter Berücksichtigung kooperierender Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampforientierter Spielsituationen im Basketball	7.1 7.2	c1 e1	c1 e2	e1
		12-15	**Freiraum**				
Q2.1	7	8-10	**Wenn schon Muckibude – dann aber richtig** – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen	1.3 1.4 1.6	c2 f1 f2	f1	c1 f1
	8	8-10	**Positionen erkennen und nutzen** – Wahrnehmungsschulung zur Antizipation gegnerischen Spielverhaltens	7.1 7.2	a2 a3	d1	d1

				7.3	d1		
	9	8-10	**Tanzen im Wandel der Zeit** – Erstellung einer themenbezogenen Gruppenchoreographie mit ausgewählten Objekten und Materialien anhand zuvor erarbeiteter Kriterien	6.3 6.4 6.5	b1	b1	b1
			Freiraum				
Q2.2	10	8-10	**Stress und Anspannung effektiv lösen** – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung u.a. nach Jacobsen zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen sowie funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung erarbeiten	1.4 1.5 1.6	f1	f1	f1
	11	10-12	**Theater in der Sporthalle** – improvisiertes Bewegungstheater anhand zuvor erarbeiteter Kriterien	6.2 6.4 6.5	b1	b1	b1
	12	12-15	**standardisierte rhythmische Bewegungen** – Gesellschaftstanz (u.a. Discofox, Walzer) mit Abschlussprüfung	6.2	b1	a1 b1	b1 e1
		3-9	**Freiraum**				

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* *Formen der Fitnessgymnastik*	
Inhaltsfelder: *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit*	

Thema des UV:
Fit mit dem Ball – Erstellung und Beurteilung einer BallKoRobics Fitness-Choreographie zur Schulung der Ausdauer und Koordination

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK 1.1).
- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 1.3).

Sachkompetenz (SK):

- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK f2)

Methodenkompetenz (MK):

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Fit mit dem Ball** – Erstellung und Beurteilung einer BallKoRobics Fitness-Choreographie zur Schulung der Ausdauer und Koordination

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Verbesserung der Ausdauerfähigkeit durch kontinuierlich Beanspruchung des Herz-Kreislaufsystems beim Übungsprozess • Erweiterung des motorischen Bewegungsspektrums und der Wahrnehmungsfähigkeit durch das Erlernen von Aerobic-Grundschritten sowie der Gestaltung einer Choreographie • Festlegen der Beurteilungskriterien für die Gruppen-Choreographie	• Grundschritte anhand einer Basischoreographie (Vor- und Nachmachen) erlernen • Qualität der Bewegungsausführung der Grundschritte insbesondere der Arm-/Beinkoordination herausarbeiten und verbessern • Gestaltungskriterien für eine Fitness - Choreographie kennenlernen • Erstellen der Gruppenchoreographie unter Beachtung der festgelegten Beurteilungskriterien	• Grundschritte • koordinative und konditionelle Fähigkeiten (Auge-Hand-Koordination) • Informationsaufnahme und –verarbeitung • Gestaltungskriterien (Zählzeiten, Raumrichtungen, Zeit, Dynamik) • Qualität der Bewegungsausführung verbessern • Entwicklung einer Gruppenchoreo-graphie • Auge-Hand-Koordination	• Basischoreographie fortlaufend über eine Zeit von 10min. • Bewegungsausführung durch Korrektur von Gruppenmitgliedern unterstützt durch Videoaufzeichungen • Einüben, Präsentieren und Reflexion von Zwischenergebnissen	**Unterrichtsbegleitend:** • Zwischenergebnisse demonstrieren und weiterentwickeln • mündliche Beiträge zur Verbesserung der Zwischenpräsentationen der Mitschüler *Beobachtungskriterien:* • Ausführungsqualität • Vielfalt der Bewegungsmuster • Beachtung der Gestaltungskriterien • Ausdruck und Kreativität **Punktuell:** • Klausur • Präsentation der Gruppenchoreographie • Individuelle Präsentationsleistung *Benotungskriterien:* • Ausführungsqualität (individuell) • Synchronität der Gruppe • Erfüllung der vorher erarbeiteten Kriterien

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 2
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste*		*Inhaltliche Kerne:* *Tanz*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Bewegungsgestaltung (b)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens* *Gestaltungskriterien*	

Thema des UV:
Unsere eigene Choreo - Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreographie mit Hilfe grundlegender Elemente mindestens eines Tanzstiles (z.B. Hip-Hop, Jazz, Jump Style) unter Berücksichtigung des Gestaltungsprozesses

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.2).

Sachkompetenz (SK):

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK a1).
- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1)

Methodenkompetenz (MK):

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1).

Urteilskompetenz (UK):

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Unsere eigene Choreo** - Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreographie mit Hilfe grundlegender Elemente mindestens eines Tanzstiles (z.B. Hip-Hop, Jazz, Jump Style) unter Berücksichtigung des Gestaltungsprozesses

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Vermittlung grundlegender Schritte aus mindestens einem gewählten europäischen Tanz mit Hilfe einer Pflichtkombination • individuelle Erweiterung des Bewegungsrepertoires unter besonderer Berücksichtigung von Sprüngen und Bodenlevels im Hinblick auf eine selbst zu erstellende Kleingruppen-choreographie • gemeinsames Erstellen von Bewertungskriterien als Grundlage für die abschließende Präsentation	• Pflichtkombination wird von der Lehrkraft bereit gestellt • die Erweiterungen durch neue Elemente können in Form eines Stationenlernens erprobt werden • Unterschiede und Gemeinsamkeiten zwischen den verschiedenen europäischen Tänzen (z.B. Tango, Polka, Chlorowod, …) werden dabei herausgearbeitet • die Choreographie wird in Kleingruppen innerhalb der Gruppen regelmäßig präsentiert zwecks Verbesserung der Choreographie im Hinblick auf die von der Gruppe ausgewählten Bewertungskritiern	• Bedeutung des Tanzes, grundlegende Merkmale (z.B. Contract-Release, Bouncen, Polyzentrik…) Gestaltungs-kriterien (Raum, Zeit, Dynamik formaler Aufbau), Ausführungs-kriterien • Takt, Rhythmus, musiktheoretische Grundlagen, eventuell Handlungs-kompetenzmodell nach Schabert	• Bedeutung des Tanzes, grundlegende Merkmale (z.B. Contract Release, Bouncen, Polyzentrik…) • Gestaltungs-kriterien (Raum, Zeit, Dynamik formaler Aufbau), Ausführungs-kriterien	**Unterrichtsbegleitend:** • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK *Beobachtungskriterien:* • Anstrengungsbereitschaft • Kreativität bei gestalterischen Aufgaben • Anpassungs- und Kooperationsfähigkeit bei GA **Punktuell:** • Klausur • Pflichtkombination aus dem gewählten Bereich • Gruppenchoreographie unter besonder Berücksichtigung technischer Merkmale sowie Umsetzung der Gestaltungskriterien *Beobachtungskriterien:* • Berücksichtigung aller Levels, Rhythmusgefühl, Isolationsbewegungen, Vielfalt der Schritte, formaler Aufbau, Passung Musik und formaler Aufbau

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UVs: 15-18 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 3
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* *Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* Leistung (d) *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten* *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen* *Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens*	

Thema des UV:
Erfolgreich im Miteinander *– Spielgemäße Weiterentwicklung (tactical games approach) von Spieltechniken im Badminton zur Verbesserung der individuellen kooperativen Spielfähigkeiten*

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- 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 (BWK 7.1).
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2)

Sachkompetenz (SK):

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK a1)
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (SK d1).

Methodenkompetenz (MK):

- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK e1)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK e2).

Urteilskompetenz (UK):

- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK a1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: ***Erfolgreich im Miteinander*** *– Spielgemäße Weiterentwicklung (tactical games approach) von Spieltechniken im Badminton zur Verbesserung der individuellen und kooperativen Spielfähigkeiten*

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
• Aufgreifen und Verbessern der grundlegenden Techniken wie Vorhand Überkopf (Clear, Drop, Smash), Rückhand Überkopf (Clear), Vorhand Unterhand (Drop, Clear), Rückhand Unterhand (Drop, Clear) und Aufschlag (anknüpfen an die SI) • Anwenden und Erstellen von Beobachtungsbögen zur Partnerkorrektur • Wettkampfregeln kennenlernen und umsetzen • Taktikwissen erweitern und im Spiel (ggf. Turnierform) 1 gegen 1 sowie 2 gegen 2 anwenden • Verschiedene Konzepte des motorischen Lernens erarbeiten und erproben und in Bezug auf eine Bewegungsaufgabe bewerten	• Selbstständiges Vorbereiten von Kurzvorträgen zu verschiedenen Konzepten des motorischen Lernens (z. B. Phasen des motorischen Lernens, Methoden, open-loop/closed-loop) • Gruppenarbeit zur Erarbeitung von Beobachtungsbögen • Partnerbeobachtung • Üben anhand von Bildreihen	• Konzepte des motorischen Lernens • Kriterien von Beobachtungsbögen • Hinweise zum Korrigieren des Partners (Korrekturgrundsätze)	• Techniken des Badmintonspiels (anknüpfen an die SI) • Durchführung von wettkampfgemäßen Spielen (ggf. Turnieren) • Verbessern sportlicher Bewegung durch lernen mit Bildreihen • Erfahrungen im Doppel sammeln	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Kooperationsbereitschaft • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Selbstständiges Arbeiten in Einzel-, Partner- und/oder Gruppenarbeit • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Koordinative Fähigkeiten • Kurzvortrag zu einem Konzept des motorischen Lernens • Praktische Demonstration im Spiel 1 mit 1 und 1 gegen 1

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV: EF 7.1	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste*		*Inhaltliche Kerne:* *Gymnastik*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsgestaltung (b)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Gestaltungskriterien* *Improvisation und Variation von Bewegung*	

Thema des UV:
Aerobic Zumba und Co - Erarbeitung und Gestaltung einer Fitnesschoreographie unter besonderer Berücksichtigung von Raum, Zeit und Dynamik

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- 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 (BWK 6.1).
- Selbstständig stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.2)

Sachkompetenz (SK):

- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1).

Methodenkompetenz (MK):

- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1).

Urteilskompetenz (UK):

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Aerobic Zumba und Co -** Erarbeitung und Gestaltung einer Fitnesschoreographie unter besonderer Berücksichtigung von Raum, Zeit und Dynamik

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Selbstständige Gestaltung einer Fitnesschoreographie mit dem Ziel eines Ausdauer- und Koordinationstrainings (z. B. Zumba, Aerobic, usw.) • Gestaltung der eigenen Choreographie anhand vorgegebener Schritte • Durchführung und Reflexion von Muskelfunktionstests und Übungen zur Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit mit und ohne Geräte • Entwicklung von Übungen zur Verbesserung von Kraft und Beweglichkeit	• Demonstration von Basisschritten durch ein Vorbild (Lehrer, Video) • Selbstständige Erarbeitung, Erprobung und Präsentation der Choreographie in Kleingruppen • Stationstraining (Kraft, Beweglichkeit) • Gruppen übernehmen Auswahl, Aufbau, Erprobung und Demonstration einzelner Übungsstationen (Hilfsmittel: Stationskarten) • Stationsbetrieb im Zirkelprinzip. Einzelne Experten bleiben für Beratung, Hilfestellung und Korrektur an den Stationen. Rollentausch nach beendetem Zirkel • Eigenständige Entwicklung von Stationskarten	• Kondition und Koordination (Trainingsmethoden und Prinzipen) • Gesundheitsförderliche Durchführung von Übungen	• Choreographie Basisschritte • Kraft- und Beweglichkeitsübungen	**Unterrichtsbegleitend:** • Überprüfung von Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz im Unterrichtsgespräch • Beobachtung der BWK Beobachtungskriterien: • Qualität und Quantität der Beiträge • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Klausur • Gruppe präsentiert ihre Choreographie und vermittelt sie den anderen Mitschülern • Kriterienorientierte gemeinsame Bewertung der Gruppenpräsentation Beobachtungskriterium: • Abwechslungsreichtum • Anstrengung • Qualität der Instruktionen

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* *Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen*	
Inhaltsfelder: *Leistung (d)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Trainingsplanung und -organisation* *Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen* *Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens*	

Thema des UV:
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 im Laufen und Radfahren

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):
- Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten (BWK 1.2)
- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten) (BWK 3.3).

Sachkompetenz (SK):
- zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1).
- physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (übergreifend) (SK d2).
- gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f1).

Methodenkompetenz (MK):
- die Entwicklung ihrer individuelle Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d1).
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedliche Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK d2).
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):
- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **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 im Laufen und Radfahren

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Trainingsmethoden der Ausdauer • Trainingsmethoden der Schnelligkeit • Belastungsnormative • Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten (Laufschulung)	• Einschätzung des Anstrengungsgrads in Bezug auf Ausdauer, Pulsmessung vor und direkt nach der Belastung • Methodische Übungsreihen • Selbstständiges Üben in Kleingruppen • Tempowechselläufe • Intervallmethode • Dauermethode • Wiederholungsmethode • Kurvenläufe („in and outs“) • Ganganalyse	• Trainingsplanung/ -organisation • Belastungsnormative • Koordinative Fähigkeiten • Trainingsmethoden • Prinzipien und Grundsätze des sportlichen Trainings • ATP-Resynthese • Maximale Sauerstoffaufnahme	• Diverse Laufeinheiten (Sprints/Ausdauer) • Lauftechnik • Nordic-Walking • Atem-Schritt-Rhythmus • Lauf ABC • Pausengestaltung • Kraftausdauer-training • Crossfit	**Unterrichtsbegleitend:** • Aktive Beteiligung in Gesprächsphasen • Erarbeitung von Theorieinhalten • Trainingsplan erstellen • Übungen für verschiedene Muskelgruppen entwickeln • Anstrengungsbereitschaft **Punktuell:** • Klausur • Schriftliche Überprüfung zu den Theorieinhalten • Koordinative und konditionelle Fähigkeiten • Arbeitsweise der Muskulatur • Gesundheitliche Aspekte des Trainings • Grundprinzipien des Trainings • Kraftarten • Aktiver und passiver Bewegungsapparat • Agonist/Antagonist • Erwärmung

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV: EF 7.1	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* *Mannschaftsspiele (Basketball)*	
Inhaltsfelder: *Wagnis und Verantwortung (c)* *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen* *Fairness und Aggression im Sport*	

Thema des UV:
Spielen wie die Profis der NBA – Verbesserung technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten unter Berücksichtigung kooperierender Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampforientierter Spielsituationen im Basketball

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch- kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1).
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).

Sachkompetenz (SK):

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK c1)
- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK e1)

Methodenkompetenz (MK):

- mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden (MK c1)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK e2)

Urteilskompetenz (UK):

- die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Spielen wie die Profis der NBA** – Verbesserung technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten unter Berücksichtigung kooperierender Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampforientierter Spielsituationen im Basketball

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Wiederholung der relevanten Techniken insbesondere im Hinblick auf wettkampforientiertes Spiel • Erlernen neuer Techniken und Taktiken des Angriffs- und Abwehrspiels (höheres Niveau, z.B.: Korbleger, Blockspiel, Fastbreak, …) • Durchführung von Komplexübungen zur Verbesserung der Präzision und Erarbeitung der verschiedenen Laufwege • Erkennen und Nutzen der Schwächen der Gegner im Angriffsspiel sowie Anwenden taktischer Maßnahmen im Spiel 5:5	• Verbesserung der Technik durch visuelle Impulse • Verbesserung der Technik durch Partnerbeobachtung auch in Kleingruppen • Bilden von leistungshomogenen und leistungsheterogenen Teams im Diskurs • Turnierformen • Spielanalysen durchführen um taktische Erkenntnisse ableiten unter Zuhilfenahme von Videoaufzeichnungen • Schülerorientierte Kurzvorträge/Referate (digital und analog)	• Abwehr- und Angriffstechniken im Basketball (Technik und Taktik) • Aspekte der fokussierten Spielbeobachtung • Lesen von Bewegungsreihen und Taktikskizzen • Faktoren für ein gelungenes Spiel unter besonderer Berücksichtigung von Fairness und Aggression • Wissen um kriteriengeleitete Auswertung von Videoaufzeichnungen • Faktoren zielgerichteter Partner-beobachtung und -korrektur	• Verbessern der Grundtechniken • Erlernen neuer Techniken • Verstehen und Anwenden taktischer Erkenntnisse • Erarbeitung von Analysekriterien • Verhaltensweisen zur Realisierung fairer und wettkampf-orientierter Spielsituationen erarbeiten	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Praktische Demonstration der technisch-koordinativer Fertigkeiten und taktisch-kognitiver Fähigkeiten im Spiel 5:5

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 7
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	
Inhaltsfelder: *Wagnis und Verantwortung (c)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	

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

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (BWK 1.3).
- Unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. Statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderungen individuell angemessen anwenden (BWK 1.4).
- Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden (BWK 1.6).

Sachkompetenz (SK):

- Unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern (SK c2).
- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f1).
- Gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK f2).

Methodenkompetenz (MK):

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- Unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen (UK c1).
- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

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

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Kraftausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen fördern • Funktionales Muskeltraining zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung • Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen • Fremd- und Eigengewicht	• Erarbeitung verschiedener Stationen zu Musekelgruppen • Borg-Skala • Binnendifferenzierung	• Muskelgruppen • Dehntechniken • Prinzipien des Krafttraining	• Eigen- und Fremdgewicht • Erwärmung • Differenzierte Stationen	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Klausur zu den Theorieinhalten

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele*		*Inhaltliche Kerne:* Partnerspiele – Einzel und Doppel (Badminton)	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Leistung (d)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen Trainingsplanung und -organisation	

Thema des UV:
Positionen erkennen und nutzen – Wahrnehmungsschulung zur Antizipation gegnerischen Spielverhaltens

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- In dem ausgewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK 7.1).
- In dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen (BWK 7.2).
- Selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen (BWK 7.3).

Sachkompetenz (SK):

- Grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben (SK a2).
- Grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten erläutern (SK a3).
- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK d1).

Methodenkompetenz (MK):

- Die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK d1).

Urteilskompetenz (UK):

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre Leistungsbilanz ergänzenden Faktoren (u.a. Konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungnen) beurteilen (UK d1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Positionen erkennen und nutzen** – Wahrnehmungsschulung zur Antizipation gegnerischen Spielverhaltens

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Taktische Züge im Einzel und Doppel • Angriff und Abwehrverhalten analysieren • Stellungsloser einüben • Verbesserung der Wahrnehmungsfähigkeit durch vielfältige Übungssituationen • Aufschlagsposition • Annahmeposition	Beobachtungsbögen Situationsgerechtes Anwenden darf einzelnen Schlägen je nach Angriff- oder Abwehrstellung Vor- und Nachteile verschiedener Positionen herausarbeiten und ausprobieren Vorgegebene und selbst erarbeitete Übungen zur Schulung des Stellungsspiels im Einzel und Doppel	• Bewegungsphasen • Einteilung in Angriff- oder Abwerhschläge • Angriffsstellung • Abwehrstellung • Regelwerk	• Gegenseitige Korrektur • Videoanalyse • Schlagkombinationen • Erarbeitung und Präsentation von verschiedenen Übungen	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Teilnahme am Unterrichtsgespräch • Spielverhalten im Einzel und Doppel • Präsentation der Übungen **Punktuell:** • Demonstration der einzelnen Schläge isoliert • Demonstration einer Schlagkombination • Demonstration des Spielverhaltens im Einzel und Doppel

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UVs: 12-15 UStd.	Vernetzung mit UV: EF 7.1	Laufende Nummer des UV: 9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		*Inhaltliche Kerne:* Gymnastik Tanz	
Inhaltsfelder: *Bewegungsgestaltung (b)* *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* Gestaltungskriterien Improvisation und Variation von Bewegung Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	

Thema des UV:
Tanzen im Wandel der Zeit – Erstellung einer themenbezogenen Gruppenchoreographie mit ausgewählten Objekten und Materialien anhand zuvor erarbeiteter Kriterien

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- 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 (BWK 6.3)
- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen (BWK 6.4)
- Ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/-themen unterschiedlicher Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BWK 6.5).

Sachkompetenz (SK):

- Ausgewählte Ausführung- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1).

Methodenkompetenz (MK):

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1).

Urteilskompetenz (UK):

- Können Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Tanzen im Wandel der Zeit** – Erstellung einer themenbezogenen Gruppenchoreographie mit ausgewählten Objekten und Materialien anhand zuvor erarbeiteter Kriterien

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen • grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (Bewegungsspannung, Koordination, Bewegungsfluss, Anpassung der Bewegungen an die Musik, Rhythmisierung, Schwierigkeitsgrad) • Variationen von Bewegung unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) • Bewegungsgestaltung allein und in der Gruppe variieren und präsentieren	• Improvisation und Variation von Bewegungen • Selbstständige Erarbeitung von Grundschritten in einem Lernzirkel mit weitgehend selbstgesteuertem Lernen • Selbstständige Erarbeitung und Präsentation der Gruppenchoreographie • Kritische Beurteilung der präsentierten Bewegungschoreographien nach den erarbeiteten Kriterien	• Gestaltungskriterien (Raum/ Zeit/ Dynamik/ formaler Aufbau) und individuelle Ausführungskriterien (Bewegungsspannung, Koordination, Bewegungsfluss, Anpassung der Bewegungen an die Musik, Rhythmisierung, Schwierigkeitsgrad) • verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (Nachgestalten, Umgestalten, Neugestalten)	• Entwicklung und Festlegung von Kriterien zur selbstständigen Gestaltung einer tänzerischen Bewegungskomposition (Ausführungs- und Gestaltungskriterien) • Erproben und Finden von stilgebundenen und stilungebundenen tänzerischen Elementen (mit und ohne Gerät) • Kombination dieser Elemente und Üben der synchronen Ausführung in der Kleingruppe • Gestaltung einer Gruppenchoreographie unter Berücksichtigung der Gestaltungskriterien mit Anfangs-, Mittel- und Schlussteil	**Unterrichtsbegleitend:** • Anstrengungsbereitschaft • Selbstständiges Arbeiten alleine und in (Klein-)Gruppen • Kooperationsfähigkeit • Kommunikationsfähigkeit • Bewegungsqualität • Teilnahme am Unterrichtsgespräch **Punktuell:** • Klausur • Überprüfung der Gruppenchoreographie anhand der entwickelten Kriterien

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 10
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen*		*Inhaltliche Kerne:* *Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden* *Psychoregulative Verfahren zur Entspannung*	
Inhaltsfelder: *Gesundheit (f)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens*	

Thema des UV:
Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung u.a. nach Jacobsen zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen sowie funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung erarbeiten

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Unterschiedliche Dehnmethoden (u.a. statisches , dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden (BWK 1.4)
- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung nutzen (BWK 1.5)
- Funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden (BWK 1.6).

Sachkompetenz (SK):

- Gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern (SK f1).

Methodenkompetenz (MK):

- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK f1).

Urteilskompetenz (UK):

- Positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen (UK f1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Stress und Anspannung effektiv lösen** – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung u.a. nach Jacobsen zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen sowie funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung erarbeiten

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Progressive Muskelentspannung • Formen der Meditation/Konzentration • Dualismusprinzipien erkennen	• Demonstration durch die Lehrkraft • Demonstration/Anleitung durch Schüler • Verschiedene Techniken und Übungen • Zusammenspiel von Bewegung, Geist und Atmung herausstellen • Verbesserung der Körperstatik durch Optimierung des Wechselspiels zwischen Anspannung und Entspannung • Atemtechnik-Übungen	• Fachbegriffe der einzelnen Techniken • Gesundheitliche Verhaltensweisen	• Erarbeitung der Aspekte • Körperbalance finden und variieren • Atemtechniken • Körper und Geist – Entspannung und Anspannung	**Unterrichtsbegleitend:** • Entspannungstechniken unter Anleitung ausführen können und selbst anleiten • Anstrengungsbereitschaft • Motivation • Mitarbeit **Punktuell:** • Anleitung einer Sitzung

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste*		*Inhaltliche Kerne:* *Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsgestaltung (b)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Gestaltungskriterien*	

Thema des UV:
Theater in der Sporthalle – improvisiertes Bewegungstheater anhand zuvor erarbeiteter Kriterien

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.2).
- Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen (BWK 6.4)
- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen (BWK 6.5).

Sachkompetenz (SK):

- Ausgewählte Ausführung- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1).

Methodenkompetenz (MK):

- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1).

Urteilskompetenz (UK):

- Können Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Theater in der Sporthalle – improvisiertes Bewegungstheater anhand zuvor erarbeiteter Kriterien

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	
• Stilgebundene tänzerische Bewegungen • Grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität • Variationen von Bewegungen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien • Bewegungsgestaltung allein und in der Gruppe	• Improvisation und Variation von Bewegungen • Selbstständige Erarbeitung von Grundschritten in einem Lernzirkel mit weitgehend selbstgesteuertem Lernen • Kritische Beurteilung • Selbstständige Erarbeitung einer Gruppenchoreographie	• Gestaltungskriterien • Ausführungskriterien • Verschiedene methodische Zugänge	• Entwicklung und Festlegung von Kriterien	**Unterrichtsbegleitend:** • Einhaltung der Pistenregeln • Hilfsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Individuelle Verbesserung **Punktuell:** • Einen Fitnesstrend präsentieren • Kurzreferat • Eine Choreographie bezogen auf einen Fitnesstrend erstellen und präsentieren

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UVs: 8 Stunden	Vernetzung mit UV	Laufende Nummer des UV: 12
Bewegungsfeld/Sportbereich: *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste*		*Inhaltliche Kerne:* *Tanz* *Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste*	
Inhaltsfelder: *Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)* *Bewegungsgestaltung (b)* *Kooperation und Konkurrenz (e)*		*Inhaltliche Schwerpunkte* *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen* *Gestaltungskriterien* *Fairness und Aggression im Sport*	

Thema des UV:
Standardisierte rhythmische Bewegungen – Gesellschaftstanz (u.a. Discofox, Walzer) mit Abschlussprüfung

Kompetenzerwartungen:

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK):

- Selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren (BWK 6.2).

Sachkompetenz (SK):

- Ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK b1).

Methodenkompetenz (MK):

- Methoden zur Verbesserung ausgewählter Koordinatoren Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK a1).
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden (MK b1).

Urteilskompetenz (UK):

- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK b1).
- Die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK e1).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: **Standardisierte rhythmische Bewegungen** – Gesellschaftstanz (u.a. Discofox, Walzer) mit Abschlussprüfung

Didaktische Entscheidungen	**Methoden**	**Theorie-Praxisverknüpfung**		**Leistungsbewertung**
		Gegenstände - Theorie	**Gegenstände - Praxis**	

• Technisch-koordinative Grundformenästhetisch-gestalterischen Bewegens
• Grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (Bewegungsrhythmus, , Körperspannung)
• Variation von Bewegung (räumlich, zeitlich)
• Bewegungsgestaltung mit dem Partner
	• Erproben und vertiefen normierter Bewegungsformen
	• Erproben und reflektieren von Gestaltungsaufgaben
	• Schematische Darstellung der Bewegungsabfolge
		• Grundschritte
		• Koordinative und konditionelle Fähigkeiten
		• Informationsaufnahme und –verarbeitung
		• Gestaltungskriterien
		• Qualität der Bewegungsausführung
			• Erarbeitung normierter Schritte
			• Discofox, Walzer
			• Gestaltungsformen und -kriterien
			• Grundlagenausdauer
			• Beweglichkeit
				Unterrichtsbegleitend:
				• Normierte Ausführung der Schritte
				• Körperhaltung
				• Kooperationsfähigkeit
				• Anstrengungsbereitschaft
				• Individuelle Verbesserung
				Punktuell:
				• Tanzprüfung
				• Kriterien
				  ○ Körperhaltung/-spannung
				  ○ Schrittfolgen
				  ○ Übergänge
				  ○ Ausführung

2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

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

1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.

2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.

3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.

4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.

5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.

6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.

7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.

8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.

9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.

10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.

11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.

12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.

13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.

14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

<u>Fachliche Grundsätze:</u>

Der Sportunterricht an der Albert-Einstein Gesamtschule folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt. Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können. Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert. Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der reflektierten Praxis auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens weiter genutzt werden kann. Im Grundkurs bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme. In der Regel wird im Sportunterricht eine Praxis-Theorie-

Verknüpfung angestrebt. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung innerhalb eines Unterrichtvorhabens gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen. Hausaufgaben dienen der Vorbereitung, Nachbereitung, Vertiefung und Erweiterung der Unterrichtsinhalte. 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. In der Einführungsphase werden pro Halbjahr eine Klausur geschrieben. Schülerinnen und Schüler die Sport als 4. Abiturfach haben schreiben in der Qualifikationsphase 2 Klausuren pro Halbjahr.

2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

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

Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen. Die in der Jahrgangstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen eng zusammen. Hinsichtlich der Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Sportkurse erarbeitet die Fachkonferenz ein Konzept für diese fachpraktische Prüfung in den unterschiedlichen Bewegungsfeldern und Sportbereichen. 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:

Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

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

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

7. sportliches Können weiterentwickeln kann und

8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

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

1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.

2. 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. Zur Vorbereitung auf die Qualifikationsphase werden in der Einführungsphase pro Halbjahr eine Klausur geschrieben.

C. Mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung zwischen unterschiedlich strukturierten Kursen bezogen auf bewegungs- und profilbildende Inhaltsfelder innerhalb der Qualifikationsphase:

Bewegungsfelder	**Profilbildende Inhaltsfelder**			
	gleich	**nicht gleich**	**Kommentar**	**Beispiel**
gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes	x		Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden. zusätzlich: • Die Überprüfung aller bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen und ggf. weitere Leistungsmessungen müssen nach den gleichen	**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik** Inhaltsfeld d: Leistung Verwenden wir alle die gleichen Leistungstabellen?

			Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. • Da auch alle bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen gleich bewertet	
gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		x	Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden. zusätzlich: • Die Überprüfung der bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. • Die profilbildenden Inhaltsfelder bestimmen neben der Obligatorik in diesem Bereich zusätzlich die intentionale Ausrichtung und setzen im Hinblick auf die Bewertung ggf. abweichende Schwerpunkte.	**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste** <u>Inhaltsfeld f:</u> Gesundheit <u>Inhaltsfeld b:</u> Bewegungsgestaltung Schön oder ausdauernd – Aerobic unter unterschiedlichen Schwerpunkten

C. Verbindliche Absprachen über die schriftlichen Lernerfolgskontrollen (Operatorencurriculum):

Um die Schülerinnen und Schüler auf die Klausuren in der Qualifikationsphase vorzubereiten, werden bereits in der Einführungsphase zwei Klausuren geschrieben. Dabei wird darauf geachtet, dass bereits hier die Operatoren[1] in angemessener Weise aufgegriffen werden. Je nach Profil werden schwerpunktmäßig die folgenden Bereiche thematisiert:

- Die Sinnhaftigkeit des Sporttreibens erläutern
- Auseinandersetzung mit komplexen Handlungssituationen und Regelwerken der großen Sportspiele
- Auseinandersetzung und Erarbeitung von technischen und taktischen Handlungsabläufen

- Anwendung der einzelnen Regelwerke und mögliche Veränderungen
- Einordnung von Regelverstößen und möglichen Problemlösungen
- Erklärung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten

[1] https://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/cms/zentralabitur-gost/faecher/getfile.php?file=3851

- Erläuterung der Sinnhaftigkeit gezielten Aufwärmens
- Anwendung sportphysiologischer Kenntnisse
- Leistung und Motivation im Kontext Sport zueinander in Beziehung setzen
- Anpassungen von Training und deren Folgen analysieren
- Den Gesundheitsbegriff im Zusammenhang mit der eigenen Fitness erfassen und erläutern
- Wagnis und Risiko im Zusammenhang mit Sport darstellen
- Gründe von Gewalt und Aggression im sportlichen Handeln erklären und beurteilen
- Auswirkungen von Sport auf das Herz-Kreislauf-System erläutern
- Trainingsmethoden anwenden und gegenüber stellen

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

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

3 Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen

Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie: In der EPh stimmen sich die Fächer Biologie und Sport inhaltlich und zeitlich bezüglich des übergeordneten Themas „Grundlagen der sportlichen Leistung“ ab. Dabei

übernimmt das Fach Biologie einen Großteil der stoffwechselphysiologischen Aspekte im Hinblick auf die Energiebereitstellung im menschlichen Körper und die Funktionsweise der Skelettmuskulatur. Im Sportunterricht (angeknüpft an das UV „Schnell aus der Puste?!) werden dann Trainingsaspekte besprochen, die bei der erfolgreichen Schulung der aeroben Ausdauer und der damit verbundenen alaktaziden Energiebereitstellung im Muskel berücksichtigt werden müssen. Anschließend werden diese dann unter Praxisgesichtspunkten (Vorbereitung des Langzeitausdauertests/60-Minuten Lauf) erprobt und im Anschluss reflektiert.

4 Qualitätssicherung und Evaluation

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

An der Albert-Einstein Gesamtschule soll der Unterricht zukünftig regelmäßig durch ein standardisiertes Verfahren evaluiert werden (s. Evaluationskonzept/Schülerfeedback auf der folgenden Seite etc.). Auch die Arbeit der Fachkonferenz wird in regelmäßigen Abständen evaluiert. Weitere Arbeits- und Fortbildungsschwerpunkte der Fachkonferenz (Auffrischung der Rettungsfähigkeit, weitere fachkonferenzinterne Fortbildungen, Weiterentwicklung von Aufgabenformaten etc.), werden dementsprechend systematisch dokumentiert und perspektivisch entwickelt.

Pläne zur regelmäßigen Evaluation des schulinternen Curriculums:

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, neue Sportveranstaltungen und eine Anpassung des Sporthelfer- und Ganztageskonzepts an die institutionellen Gegebenheiten

Konzept Schulsportentwicklungsprogramm der Albert-Einstein Gesamtschule

Elemente des Schulsportprogramms und deren Beschreibung	Bedingungen und Beteiligte / Gelingensfaktoren	Prozessverlauf / Rechenschaftslegung	Konferenzbeschlüsse Information	Federführend / Verantwortl.
(Leistungen, Produkte etc.)	(Beteiligte, Bedingungen etc) (namentlich)	(Abläufe, Abstimmung, Maßnahmen)	(Infoquellen)	

Evaluation der Schulsportprogrammentwicklung unter den Aspekten:
• Entwicklungsziele
• Arbeitsplan
• Fortbildungsplanung
• Plan zur Evaluation
	Beteiligte Personen:
	Fachkonferenz Sport; Ggf. Evaluationsteam der Schule
	Rahmenbedingungen:
	Personell:
	• SV
	• Klassenpflegschaftsvorsitzende
	Organisatorisch:
	• Alle 5 Jahre, ab 2014
	• Vorbereitete Fragebögen (Druck)
	• Organisationsrahmen - zeitl.
	  • Ankündigung der Befragung
	  • 1. SV-Sitzung
	  • 1. Sitzung der Schulpflegschaft
	  • zeitlicher Verlauf der Befragung
	Inhaltlich:
	• unterrichtliches Angebot
	• Sportangebot im Schulprogramm
	• Ggf. Sport im Ganztag
	• Einsatz von Sporthelfern
	• Pausensport
	• Sport- AG´s
	• Schulsportliche Wettkämpfe
	• Kooperation mit Vereinen
	• Förderung sportlicher Begabungen
	• Sportförderkonzept / Kompensatorischer Sport
	• Schulfahrten mit sportlichem Schwerpunkt
	• Regelmäßige Durchführung von Sportveranstaltungen
		1. Gestaltung eines Fragebogens (Fachschaft)
		2. Verteilung der Fragebögen an:
		a) Klassenpflegschaftsvorsitzende und Stellvertreter
		b) Klassensprecher und Stellvertreter
		c) alle Sportlehrkräfte
		3. Durchführung der Befragung
		4. Auswertung der Fragebögen
		5. Präsentation und Diskussion der Ergebnisse in der Sportfachschaft
		6. Ggf. Vorstellung der Ergebnisse in der Lehrerkonferenz, Schulkonferenz, Schulpflegschaft, SV
		7. Ggf. Überarbeitung des Schulsportprogramms, unter Berücksichtigung der Auswertungsergebnisse
		8. Präsentation/Veröffentlichung des Schulsportprogrammentwurfs
		9. Ggf. Wiederholung der Punkte 5 - 8
			Erlass über verbindlich durchzuführende Schulprogrammarbeit/ Evaluation zur Qualitätssicherung an Schulen (Abgabetermin)
			• Hrsg.: MSWWF Schulprogramm – eine Handreichung, Ritterbach 1998; Heft 9027
			• Hrsg.: MSWWF Evaluation – eine Handreichung; Ritterbach 1999; Heft 9033
			• Hrsg.: MSW Runderlass „Schulprogrammarbeit und interne Evaluation – eine Handreichung; Vorgaben für die Jahre 2003 und 2004“
			• Hrsg.: MSWF und LSW. Schulprogrammarbeit in NRW. Ergebnisse der wiss. Evaluationsstudien. Bönen 2002; Heft 4508
			• Hrsg.: LSW Fortbildungsplanung. „Ein Leitfaden für Moderatorinnen und Moderatoren. Bönen 2001; Heft 2274
			• www.learn-line.de/angebote/schulprogramm/
			• Info-Blatt über die Zielsetzung der Evaluation
			• Fragebögen zur Evaluation des Schulsportprogramms
			• Programm „Grafstat 2006“ (Statistik-Computer-Programm; kostenloser Download über Google „Grafstat“)
			• Powerpointpräsentation
			Ggf. Evaluationsbericht
				Fachvorsitzende/r