

**Schulinterner Lehrplan
zum Kernlehrplan für die gymnasiale Oberstufe**

Genoveva-Gymnasium Köln

Sport

Inhaltsverzeichnis

1	Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben	3
1.1	Einführungsphase im Grundkurs	3
1.2	Qualifikationsphase im Grundkurs	7
1.3	Beispiele für konkretisierte Unterrichtsvorhaben	26
2	Entscheidungen zum Unterricht	28
2.1	Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	28
2.2	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	29
2.3	Abspraken zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung	30
	<i>2.3.1. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler</i>	<i>30</i>
	<i>2.3.2. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:</i>	<i>30</i>
	<i>2.3.3. Mögliche Absprachen zur Leistungsbewertung zwischen unterschiedlich strukturierten Kursen bezogen auf Bewegungs- und profilbildende Inhaltsfelder innerhalb der Qualifikationsphase</i>	<i>31</i>
	<i>2.3.4. Kriterien für die Bewertung des Teilbereichs Kooperation im Sportunterricht als Bestandteil der „Sonstigen Mitarbeit“</i>	<i>34</i>
3	Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen	34
4	Qualitätssicherung und Evaluation	35

1 Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben

1.1 Einführungsphase im Grundkurs

Jahresplanung der Einführungsphase mit Zuordnung der Kompetenzerwartungen des Bewegungsfelds und der Inhaltsfelder

Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen (SK/MK/UK)	Bezug zu den bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen (BWK)
<p>Krafttraining geht auch in der Schule! – Einschätzen, Erweitern und Verbessern der eigenen Kraftausdauer durch sanftes Krafttraining.</p> <p>15 Stunden</p>	<p>Die SuS können (d,f)</p> <p>SK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern, • unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch). • sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. 	<p>BF 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren. • unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

<p>Leistungsentwicklung in Eigenverantwortung am Beispiel des Badmintonspiels.</p> <p>18 Stunden</p>	<p>Die SuS können (e,a)</p> <p>SK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. • unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. 	<p>BF 7</p> <ul style="list-style-type: none"> • in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
<p>Le Pacours – Gestaltung von Bewegung an verschiedenen Geräten</p> <p>12 Stunden</p>	<p>Die SuS können (c)</p> <p>SK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen 	<p>BF 5</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren. • turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. • Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

<p>Gymnastik/Tanz/Bewegungskünste – Durchführung und Erarbeitung einer Gruppenchoreographie</p> <p>12 Stunden</p>	<p>Die SuS können (b, e)</p> <p>SK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. - Die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen. 	<p>BF 6</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren. - ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.
<p>Gesundheitlicher Nutzen des ausdauernden Laufens</p> <p>15 Stunden</p>	<p>Die SuS können (f,c)</p> <p>SK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • In sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. 	<p>3</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf). • einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

<p>Die spezielle Spielfähigkeit verbessern – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld und Großfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden</p> <p>18 Stunden</p>	<p>Die SuS können (a,e)</p> <p>SK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben. <p>MK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren). <p>UK:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen. 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.
<p>Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs</p> <p>30 Stunden</p>		

1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Am Geneveva-Gymnasium gibt es in der Oberstufe in der Regel vier Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Dabei kann Sport nicht als viertes Abiturfach gewählt werden. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

*„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in **zwei** Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung **aller** Inhaltsfelder entwickelt werden.*

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt (Fettdruck) mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich Kursprofile:

Kurs	Mögliche Kombinationen der Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
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

Beispielhaft sind jeweils nur 2 Inhaltsfelder angegeben. Im Verlauf der Unterrichtsvorhaben werden selbstverständlich alle Inhaltsfelder abgedeckt (vgl. Konkretisierung der Unterrichtsvorhaben)

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. 33 f.):

- leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, 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. 36 f.):

- Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, **Volleyball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, **Beach-Volleyball**, Flag-Football)

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 →19 Wochen = 57 Stunden	UV 1	Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten ca. 15 – 20 Stunden
	UV 2	Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Abwehr- und Angriffstechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.18 – 22 Stunden
	Freiraum	ca. 9 – 18 Stunden
Q 1.2 → 21 Wochen = 63 Stunden	UV 3	Spezielle Abwehrtechniken – voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr zu verbessern ca.12 – 15 Stunden
	UV 4	Aerobes Ausdauertraining auf systematische und spielerische Art – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung ca.12 – 15 Stunden
	UV 5	Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca.18 – 27 Stunden
Q 2.1 → 16 Wochen = 54 Stunden	UV 6	Individuelle Verbesserung und optimales Training Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.15 – 18 Stunden
	UV 7	Notwendigkeit mannschaftlichen Verhaltens – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit – Gruppentaktische Angriffs- und Abwehrmöglichkeiten ca.15 – 20 Stunden
	UV 8	Alternative Wettkämpfe – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können ca.10 Stunden

	Freiraum	ca. 6 – 15 Stunden
Q 2.2 Quartal 3 → 11 Wochen = 33 Stunden	UV 9	Was haben wir gelernt? – Individuelle Vorbereitung auf eine praktische Leistungsüberprüfung ca.12 – 15 Stunden
	UV 10	Leistungsüberprüfung – Praktische Überprüfung der erlernten Inhalte und Bewegungsformen ca.12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 3 – 9 Stunden
	Parallel	Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte zur Vorbereitung auf eine theoretische Prüfung

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

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

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 15-20 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Erfolgreich in der Abwehr – Spielgemäße Entwicklung von Abwehr- und Angriffstechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 18-22 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben III :

Thema: Spezielle Abwehrtechniken – voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr zu verbessern

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern. (c)
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (e)

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Aerobes Ausdauertraining auf systematische und spielerische Art – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung der positiven Aspekte von Sport, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Alternative Spiele und Sportspielvarianten – Beach-Volleyball

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum ca. 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Individuelle Verbesserung und optimales Training Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Notwendigkeit mannschaftlichen Verhaltens – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit – Gruppentaktische Angriffs- und Abwehrmöglichkeiten

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 20 Std.

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Alternative Wettkämpfe – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern:

alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder:

e – Kooperation und Wettkampf, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Fairness und Aggression im Spiel (e)

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Was haben wir gelernt? – Individuelle Vorbereitung auf eine praktische Leistungsüberprüfung

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Leistungsüberprüfung – Praktische Überprüfung der erlernten Inhalte und Bewegungsformen

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltliche Kerne:

leichtathletische Disziplinen

Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltliche Schwerpunkte:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 70 Stunden (Freiraum ca. 20 Stunden)

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).

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1 → 19 Wochen = 57 Std.	UV1	Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 12 – 15 Stunden
	UV 2	Jump-Style – Bewegungsgestaltung anhand einer JumpStyle Choreographie erproben ca. 12 – 15 Stunden
	UV 3	Funktionales Muskeltraining – richtig in Ausführung und Dosierung ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 12 – 21 Stunden
Q 1.2 → 21 Wochen = 63 Std.	UV 4	Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit geeigneten Geräten unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren ca. 12 – 15 Stunden
	UV 5	Überall erfolgreich kooperieren und wettkämpfen – Spielsituationen in Schule und Freizeit angemessen bewältigen ca. 10 – 12 Stunden
	UV 6	Bewegungskünste – Bewegungstheater Unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien Erprobung und Präsentation eigener Bewegungskompositionen
	Freiraum	ca. 18 – 26 Stunden

Q 2.1 → 16 Wochen = 54 Std.	UV 7	Thema: So werde ich stark! Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden und Kraftausdauerzirkel gezielt für sich selbst nutzen. ca. 12 – 15 Stunden
	UV 8	Rope-Skipping – Springen mit dem Rope zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden ca. 12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 8 – 16 Stunden
Q 2.2 → 11 Wochen = 33 Std.	UV 9	Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen ca. 4 – 6 Stunden
	UV 10	Erarbeitung einer tänzerischen Gruppenchoreographie – Erarbeitung und Präsentation von Jumpstylechoreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke ca. 12 – 15 Stunden
	UV 11	Tanz dich fit – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen ca. 10 – 12 Stunden

Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben I:

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

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Trainingsplanung und Organisation (d)

Fitness als Basis für Gesund- und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Gestaltungskriterien und Bewegungsgrundformen im Tanz

Bewegungsgestaltung anhand einer **Jump-Style** Choreographie erproben

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Tanz

Inhaltlicher Kern: Moderner Tanz (z.B. JumpStyle)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung von mindestens zwei Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) in Partnerarbeit, später in einer Gruppe erproben und variieren
- ausgehend von Gestaltungsanlässen unterschiedliche Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungskriterien zum Experimentieren nutzen
- Gestaltungskriterien bei Bewegungsgestaltungen erläutern
- Präsentationen Kriterien geleitet mittels Indikatoren beurteilen

Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung, d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien erproben, variieren und Anwendung derer analysieren; Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- positive und negative Einflüsse auf Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.
- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (z.B. Freude, Angst) erläutern.
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Funktionales Muskeltraining – richtig in Ausführung und Dosierung

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Von der Improvisation zur Komposition – Eine Komposition mit geeigneten Geräten unter besonderer Berücksichtigung von Rotation und Bewegungsweite präsentieren

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

Inhaltlicher Kern:

Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime, **Bewegungstheater**, Jonglieren) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/**formaler Aufbau**) allein oder in der Gruppe präsentieren
- **Objekte** oder **Materialien** als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen

Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben V:

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

BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfgeregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden.

Zeitbedarf: ca. 10 – 12 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Bewegungskünste – Bewegungstheater

Unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien Erprobung und Präsentation eigener Bewegungskompositionen

BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern: selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Bewegungstheater) unter Anwendung von Gestaltungskriterien präsentieren

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Bewegungstheater) unter Anwendung von Gestaltungskriterien präsentieren
- Objekte /Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns nutzen

Inhaltsfelder: b – Bewegungsgestaltung, c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen, Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.
- Präsentationen Kriterien geleitet mittels Indikatoren beurteilen.
- Verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Zeitbedarf: ca. 15 Stunden

Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum mehr als 30 Stunden)

Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: So werde ich stark!

Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher **Dehnmethode**n und **Kraftausdauerzirkel** gezielt für sich selbst nutzen.

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: funktionales Krafttraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung; Entwickeln von Kraftausdauerzirkeln mit unterschiedlichen Schwerpunkten von Ausdauer, über Kraftausdauer bis zu Kraftzirkeln

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfelder: f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Fitness als Basis für Gesundheits- und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Rope-Skipping – Springen mit dem Rope zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik mit dem Springseil

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfelder: d – Leistung, f – Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen¹ (d)

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (nicht in der Obligatorik vorgesehen).
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

¹ nicht in der Obligatorik vorgesehen

Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben IX:

Thema: Stress und Anspannung effektiv lösen – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Inhaltsfeld: f – Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Zeitbedarf: ca. 4 – 6 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

Thema: Erarbeitung einer tänzerischen Gruppenchoreographie – Erarbeitung und Präsentation von Jumpstylechoreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke

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

Inhaltlicher Kern:

Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen. **Zeitbedarf:** ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben XI:

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

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern:

Formen der Fitnessgymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: Gesundheit (f)

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Zeitbedarf: 10 – 12 Std.

Summe Qualifikationsphase II: ca. 60 Stunden (Freiraum ca. 15 Stunden)

1.3 Beispiele für konkretisierte Unterrichtsvorhaben

1. Beispiel: Qualifikationsphase Grundkurs (Kursprofil 2)

Unterrichtsvorhaben X:

Thema: Erarbeitung einer tänzerischen Gruppenchoreographie – Erarbeitung und Präsentation von Jump-Style-Choreographien nach selbst gesteuertem Lernen mit Hilfe einer Lerntheke

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

Inhaltlicher Kern: Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Tanz

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen beschreiben.

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Themen der Unterrichtseinheiten

Nr.	Themen der Unterrichtseinheiten (je eine Doppelstunde)
1	„Das Jump-Style-ABC“ – Erarbeitung der Grundschriffe ‚Vorjump‘ und ‚Basic Jump‘ zur Herstellung einer gemeinsamen Arbeitsgrundlage. ²
2	„Der Kasten als Lerntheke“ – Erweiterung des jump-style-spezifischen Handlungsreper-toires durch die eigenständige Erarbeitung weiter Jumps (‚Tip front and back‘, ‚The Hook‘, ‚Tip left and right‘) in Expertengruppen unter besonderer Berücksichtigung des eigenständigen Lernens
3	„Ich zeige dir, wie es geht!“ – Das Expertenpuzzle als Möglichkeit, neu erlernte Jumps in den Stammgruppen zu erarbeiten. ³
4	„Wir haben einen Tipp für euch“ – Optimierung der Mini-Choreografie auf der Grundlage eines Kriterien geleiteten ⁴ Feedbacks anhand der Präsentation durch Spiegelung.
5	„So geht der neue Jump!“ – Erlernen und Verschriftlichung eines Freestyle-Jumps in Exper-tengruppen unter besonderer Berücksichtigung des Lernwegs ⁵ .
6	„Und jetzt in Feinform!“ – Optimierung der Stammgruppen-Choreografie unter besonderer Berücksichtigung der Bewegungsausführung und der (variablen) Kombination unter-schiedlich schwieriger Sprünge
7	„Der letzte Schliff“ – Üben der Stammgruppen-Choreografie unter besonderer Berücksich-tigung von Schlusspose und Partnerbezug
8	„Das Lernprodukt – Unser eigenes Jump-Style-Video kritisch bewerten“ – Das JumpStyle-Video der einzelnen Gruppen als Feedbackmöglichkeit für die punktuelle Leistungsüber-prüfung nutzen

² In dieser Stunde wird auch eine gemeinsame Zielvereinbarung für das UV getroffen (Video in Kleingruppen) und das methodische Vorgehen

³ Die Stammgruppen führen ab dieser Stunde ein ‚Jumpbook‘, mit dem die Entstehung der Choreografie dokumentiert wird.

⁴ Synchronität, Rhythmus, mindestens ein Formationswechsel, mindestens ein neuer Jump

⁵ Ohne und mit Musik, in halbem Tempo in Verbindung mit dem Basic Jump und Integration in die Choreografie: Ort der Platzierung (zwischen leichteren Sprüngen, passend zur Formation, Anzahl der Wiederholungen)

2 Entscheidungen zum Unterricht

2.1 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

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

Überfachliche Grundsätze:

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

Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Geneveva-Gymnasium 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 Unterrichtsvorhabens, gehören zu den Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

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

2.2 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.

Das Fach Sport ist am Geneveva-Gymnasium als 4. Fach der Abiturprüfung nicht wählbar.

2.3 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung

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

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

2.3.2. 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 profildbildenden 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 Bewertungsbogen⁶ bewertet.*
- *Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen. Einmal in der Qualifikationsphase muss eine schriftliche Übung durchgeführt werden.*

⁶ s. Teil D

2.3.3. 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		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p>zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Überprüfung aller bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen und ggf. weitere Leistungsmessungen müssen nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. • Da auch alle bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen gleich bewertet. 	<p>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p> <p>Inhaltsfeld d: Leistung</p> <p>Verwenden wir alle die gleichen Leistungstabellen?</p>
Gleich, auch in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p>zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Überprüfung der bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach den gleichen Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien erfolgen. • Die profilbildenden Inhaltsfelder bestimmen neben der Obligatorik in diesem Bereich zusätz- 	<p>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p>Inhaltsfeld f: Gesundheit</p> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung</p> <p>Schön oder ausdauernd – Aerobic unter unterschiedlichen Schwerpunkten</p>

			lich die intentionale Ausrichtung und setzen im Hinblick auf die Bewertung ggf. abweichende Schwerpunkte.	
Gleich, ungleich in der Obligatorik des Bewegungsfeldes	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p>zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Überprüfung der obligatorischen bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen müssen nach vergleichbaren Normtabellen, bzw. gleichen Kriterien bewertet werden. • Da die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen – soweit möglich – gleich bewertet. 	<p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p>Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen / Inhaltlicher Schwerpunkt: Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit</p> <p>Handball vs. Tischtennis</p>
Gleich, ungleich in der Obligatorik des Bewegungsfeldes		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p>zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die Überprüfung der obligatorischen bewegungsfeldspezifischen Kompetenzerwartungen muss nach vergleichbaren 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. 	<p>Gleiten, Fahren, Rollen – Bootssport, Rollsport, Wintersport</p> <p>Rudern vs. Inliner</p> <p>Inhaltsfeld d: Leistung (Rudern)</p> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung (Inliner)</p>

Unterschiedlich	X		<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p> <p>zusätzlich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Da die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen identisch sind, werden diesbezügliche Leistungen – soweit möglich – gleich bewertet. 	<p>Gestalten, Tanzen Darstellen – Tanz</p> <p>Gleiten, Fahren, Rollen – Inliner-Parcours</p> <p>Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung</p>
Unterschiedlich		X	<p>Alle Absprachen zu A und B müssen eingehalten werden.</p>	<p>Gestalten, Tanzen Darstellen – Tanz</p> <p>Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Ringens und Kämpfen – Judo</p> <p>Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz</p>

2.3.4. 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 mitteilungsbereit.	Die Schülerin/der Schüler ist nicht immer bereit mit anderen zusammenzuarbeiten, hält sich mehr im Hintergrund.
mangelhaft	ungenügend
Die Schülerin/der Schüler hat Mühe mit anderen zusammenzuarbeiten und braucht wiederholt genaue Arbeitsanweisungen. Die Umgangsformen sind eher konfrontativ als kooperativ.	Die Schülerin/der Schüler zeigt sich wiederholt unwillig mit anderen zusammenzuarbeiten, ist uneinsichtig und unbelehrbar. Die Umgangsform ist ausschließlich konfrontativ.

3 Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen

Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie

In der EF 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 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 Praxis Gesichtspunkten (Vorbereitung der Teilnahme am Kölner Schulmarathon) erprobt und im Anschluss reflektiert.

4 Qualitätssicherung und Evaluation

Maßnahmen der fachlichen Qualitätskontrolle

Am Geneveva-Gymnasium wird der Unterricht regelmäßig in Fachgruppensitzungen 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.