

# **Schulinternen Lehrplan zum Kernlehrplan für die gymnasiale Oberstufe**

## **Sport**

**(Entwurfsstand: 17.02.2015)**

# Inhalt

	Seite
<b>1 Die Fachgruppe Sport am JJG</b>	<b>3</b>
1.1 Leitbild für das Fach Sport	3
1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung	4
1.3 Sportstättenangebot	5
<b>2 Entscheidungen zum Unterricht</b>	<b>6</b>
2.1 Kursprofile und Unterrichtsvorhaben	7
2.1.1 <i>Einführungsphase</i>	7
2.1.2 <i>Qualifikationsphase im Grundkurs</i>	14
2.1.4 <i>Beispiele für konkretisierte Unterrichtsvorhaben</i>	31
2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	33
2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	34
<b>3 Entscheidungen zu fach- und unterrichtsübergreifenden Fragen</b>	Fehler! Textmarke nicht definiert.
<b>4 Qualitätssicherung und Evaluation</b>	Fehler! Textmarke nicht definiert.

# **1 Die Fachgruppe Sport am JJG<sup>1</sup>**

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

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben des JJG drückt sich im Leitbild und im Schulprogramm 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. Sie möchte 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 des JJG 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 (z.B. Fußball, Leichtathletik) ein. Ebenso ist die Teilnahme an einem Citylauf verpflichtend.

Im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung sieht es die Fachschaft als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen individuell zu unterstützen, indem das JJG mit ortsansässigen Sportvereinen kooperiert.

Das JJG 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,

---

<sup>1</sup> Die Ausführungen in diesem Kapitel sind eng an den Beispiellehrplan für die Sek I angelegt, bzw. sogar identisch.

- 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 einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

## **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 im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

Koordinatorinnen für die Unterrichtsentwicklung der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind Frau Müller und Frau Härter. Die Koordinatorinnen verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans/ Projektmanagements (Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Sponsorenlauf), im Rahmen einer systematischen Fachkonferenzarbeit.

Die Fachkonferenz legt der Schulleitung spätestens zum Ende eines Schulhalbjahres einen Überblick über die vereinbarten Veranstaltungen/ Schulsporttermine vor. Diese werden in den Jahreskalender der Schule

aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn des Schuljahres/ Schulhalbjahres vorgestellt.

### **1.3 Sportstättenangebot**

#### **Sportstätten der Schule:**

- Stättische Dreifachsporthalle
- Stättischer Sportplatz mit 4 Aschebahnen, 3 Sprunggruben sowie 1 Kugelstoßanlage

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

- Kooperation mit einem örtlichen Tennisverein – eingeschränkte und zeitlich begrenzte Nutzungsmöglichkeiten von 2 Tennisplätzen (vormittags)
- Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

## 2 Entscheidungen zum Unterricht

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

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

Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die **Einführungsphase** (EF) vorgestellt. Die Fachkonferenz des JJG hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 3, 7 und 5 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

In der **Qualifikationsphase** ist die Entwicklung eines Kursprofils verbindlich. Dieses Profil legt der jeweilige Kurslehrer – möglichst in Absprache mit den Schülerinnen und Schülern - zu Beginn der Qualifikationsphase fest.

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.

Der Fachkonferenzabschluss zum „**Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben**“ soll den Mitgliedern der Fachkonferenz Orientierung bieten, um vergleichbare Standards zu gewährleisten sowie zur Absicherung von vergleichbaren Inhalten bei Lerngruppenübertritten und Lehrkraftwechseln beitragen. Die exemplarische Ausweisung „konkretisierter Unterrichtsvorhaben“ (Kapitel 2.1.2) besitzt **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. Wer darüber hinaus noch einen tieferen Einblick bis auf die Ebene der Kompetenzerwartungen sucht, wird dann in der nachfolgenden Konkretisierung fündig.

In Kapitel 2.1.4 werden Unterrichtsvorhaben bis auf die Stundenebene heruntergebrochen, um die Kompetenzentwicklung zu verdeutlichen.

### 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)*

Anmerkung: Am JJG sind die Bewegungsfelder **1, 3 und 7** als profilbildend ausgewählt. Zusätzlich werden ausgewählte Kompetenzerwartungen des Bewegungsfelds **5** in den Blick genommen (vgl. das UV IV), um den Schülerinnen und Schülern besonders den Einfluss psychischer Faktoren auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen zu verdeutlichen. Die Fachkonferenz entscheidet zudem, dass die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen des Inhaltsfeldes d: Leistung über ein weiteres UV zur Leichtathletik abgedeckt werden, da die Teilnahme an einem außerschulischen Citylauf zum schulsportlichen Schwerpunkt der Schule in der Einführungsphase gehört. Aufgrund von Stundenkürzungen (Zweistündigkeit) müssen ggf. an gewissen Stellen Kürzungen vorgenommen werden.

#### Übersicht über die beiden Halbjahre der Einführungsphase

Halbjahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
1. HJ	UV I	<b>Mach mit - fit für einen außerschulischen Citylauf (5 km)</b> – Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren. ca. 15 Stunden
	UV II	<b>Neue Partner und wechselnde Gegner</b> – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) in einem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen. ca. 12 Stunden
	UV III	<b>Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein</b> - Mit Hilfe von unterschiedlichen Geräten ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Schulung der Kraftausdauer großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethoden demonstrieren. ca. 18 Stunden
	Freiraum	ca. 15 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
2. HJ	UV IV	<b>Trau dich – Springen am Minitramp und Schwingen an den Ringen</b> – Unterschiedliche turnerische Elemente ausführen und miteinander kombinieren oder eine Partnergestaltung unter Berücksichtigung von Synchronität skizzieren, präsentieren und bewerten. ca. 15 Stunden
	UV V	<b>Die spezielle Spielfähigkeit verbessern</b> – Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten (3:3) im Basketball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr im Kleinfeld mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. ca. 12 Stunden
	UV VI	<b>Diskus, Schleuderball, Speerwurf oder Hürdenlauf?</b> – Eine neu erlernte Wurf- oder Lauftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten ca. 12 Stunden



	<b>Freiraum</b>	ca. 15 Stunden Freiraum zur individuellen Nutzung nach Absprache im Kurs
--	-----------------	--

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

<b>Einführungsphase (EPh) 1. Halbjahr</b>	
<b><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></b>	
<b>Thema: Mach mit - fit für einen außerschulischen Citylauf (5 km)</b> – die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und das eigene Training dokumentieren.	
<b>BF/SB:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen<sup>2</sup></li> </ul>	
<b>Inhaltsfelder:</b> <u>d – Leistung</u> , f - Gesundheit	
<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <u>Trainingsplanung und Organisation (d)</u> Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	
<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (SK)</li> <li>• unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK)</li> <li>• einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (MK)</li> <li>• ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)</li> <li>• sich selbständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen. (MK)</li> <li>• die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. (UK)</li> </ul>	
<b>Zeitbedarf:</b> ca. 15 Std.	
<b><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></b>	

<sup>2</sup> Hier wird nur der 5000m-Lauf akzentuiert (s. Anmerkung im Vorspann).

**Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner** – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) in einem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten in einem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** e - Kooperation und Konkurrenz

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

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 12 Std.

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema: Stark werden ohne ein Kraftprotz zu sein** - Mit Hilfe von ausgewählten Geräten gewählten Gewichten ein individuell angemessenes Fitnessprogramm zur Schulung der Kraftausdauer großer Muskelgruppen (Arme, Beine, Rücken, Bauch) inklusive der passenden Dehnmethode demonstrieren.

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltliche Kerne:** Formen der Fitnessgymnastik  
Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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.

**Inhaltsfelder:** f - Gesundheit, d - Leistung

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

Trainingsplanung und Organisation (d)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern. (SK)
- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 18 Std.

## Einführungsphase (EPH) 2. Halbjahr

**Unterrichtsvorhaben IV:**

**Thema: Trau dich und wag etwas – Springen am Minitramp und Schwingen an den Ringen** – Unterschiedliche turnerische Elemente ausführen und miteinander kombinieren oder eine Partnergestaltung unter Berücksichtigung von Synchronität skizzieren, präsentieren und bewerten.

**BF/SB:** Bewegen an Geräten – Turnen

**Inhaltlicher Kern:** Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sek. I behandelten Gerät (z.B. Schaukelringe oder Minitrampolin) ausführen und miteinander kombinieren.
- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Gruppen- oder **Partnergestaltung** unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien (z.B. Synchronität) präsentieren.
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

**Inhaltsfelder:** b - Gestaltung, c - Wagnis und Verantwortung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltungskriterien (b)  
Handlungssteuerung unter verschied. Einflüssen (c)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben. (SK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren. (MK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen. (UK)
- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum, Synchronität) erläutern. (SK)
- eine Partnerchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten. (UK)

**Zeitbedarf:** ca. 15 Std.

### **Unterrichtsvorhaben V:**

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

**BF/SB:** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (Basketball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** e - Kooperation und Konkurrenz

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

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 12 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** Diskus, Schleuderball, Speerwurf oder Hürdenlauf? – Eine neu erlernte Wurftechnik im Hinblick auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, d - Leistung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

Trainingsplanung und Organisation (d)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 18 Std.

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

## 2.1.2 Qualifikationsphase im Grundkurs

Am JJG gibt es in der Oberstufe in der Regel zwei Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. 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)*

Die Fachkonferenz entscheidet zudem, dass die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen des Sportbereiches 6 in beiden Grundkursprofilen profilbildend sind, da die Teilnahme der Schülerinnen und Schüler der Q1 und der Q2 am Schulball zum schulsportlichen Schwerpunkt gehört.

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	<b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele<sup>3</sup></b>	<b>b - Bewegungsgestaltung</b>	<b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
2	<b>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>b - Bewegungsgestaltung</b>	<b>f - Gesundheit</b>

### Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **„Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“** wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

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

<sup>3</sup> Ein Sportspiel (z.B. Basketball oder Volleyball) wird zu Beginn der Q1 festgelegt und muss obligatorisch bis zum Ende der Q2 fortgeführt werden.

Quartale	Laufendes UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>  →19 Wochen = 57 Stunden	UV 1	<b>Wir tanzen für unsere Schule</b> – Erarbeitung und Präsentation von stilungebundenen Kleingruppenchoreographien zu einem vorgegebenen Thema unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien mithilfe einer Lerntheke ca. 12 – 15 Stunden
	UV 2	<b>Erfolgreich in der Abwehr</b> – Spielgemäße Entwicklung ( <i>tactical games approach</i> ) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten ca.15 – 18 Stunden
	UV 3	<b>BallKoRobics – Volleyball mal anders</b> - Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen ca.12 – 15 Stunden
	Freiraum	ca. 9 – 18 Stunden
<u>Q 1.2</u>  → 21 Wochen = 63 Stunden	UV 4	<b>Voller Einsatz in der Abwehr</b> – Einführung von Individualtechniken (z.B. Hechtbagger) unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr zu verbessern ca.12 – 15 Stunden
	UV 5	<b>Ich hör auf mein Herz</b> – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination ca.12 – 15 Stunden
	UV 6	<b>Von der Halle in den Sand oder auf die Straße</b> – 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
<u>Q 2.1</u>  → 16 Wochen = 54 Stunden	UV 7	<b>Kein Schulball ohne uns</b> – Ein vorgegebenes Leitmotiv als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und abgang präsentieren ca. 18 - 21 Stunden
	UV 8	<b>Als Mannschaft zum Erfolg</b> – Kooperative Vermittlung eines Läufersystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit ca.12 – 15 Stunden
	UV 9	<b>Stress und Anspannung effektiv lösen</b> – Prinzipien einer progressiven Muskelentspannung z.b. nach

		Jacobsen zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen ca. 4-6 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 6 - 15 Stunden
<b>Q 2.2</b>  <b>Quartal 3</b> <b>→ 11</b> <b>Wochen</b> <b>= 33</b> <b>Stunden</b>	<b>UV 10</b>	<b>Tanz dich fit</b> – neue Fitnesstrends zum Beispiel Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen → in Verbindung mit dem UV 9 ca.10 – 15 Stunden
	<b>UV 11</b>	<b>Voller Einstz im Angriff</b> - Vertiefung und Weiterentwicklung von Angriffsformen ca.12 – 15 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 3 -11 Stunden

### Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

<b>Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr</b>
<p><b><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></b></p> <p><b>Thema: Wir tanzen für unsere Schule</b> – Erarbeitung und Präsentation von stilungebundenen Kleingruppenchoreographien zu einem vorgegebenen Thema unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien mithilfe einer Lerntheke</p> <p><b>BF/SB:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> Tanz</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren</li> </ul> <p><b>Inhaltsfeld:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen, e – Kooperation und Konkurrenz, b - Bewegungsgestaltung</p> <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e), <b>Gestaltungskriterien, Improvisation und Variation von Bewegung (b)<sup>4</sup></b></p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben. (SK)</li> <li>• unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK)</li> </ul> <p><b>Zeitbedarf:</b> ca. 12 - 15 Std.</p>
<p><b><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></b></p>

<sup>4</sup> Gelb markiert sind die jeweiligen zwei Inhaltsfelder, die im Sinne einer Akzentuierung umfassend mit allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden müssen.



**Thema:** **Erfolgreich in der Abwehr** – Spielgemäße Entwicklung (*tactical games approach*) von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktische Spielfähigkeit

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball)

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf, a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten, Fairness und Aggression im Sport (e), Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

**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:** 15 – 18 Std.

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema:** **BallKoRobics – Volleyball mal anders** - 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.

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

**Inhaltlicher Kern:** Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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.<sup>5</sup>

**Inhaltsfeld:** b – Bewegungsgestaltung, a- Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltungskriterien, Improvisation und Variation von Bewegung (b), Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

<sup>5</sup> Diese Kompetenzerwartung stammt aus dem Bewegungsfeld 6 und gehört dementsprechend nicht zur Obligatorik.

- Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

**Zeitbedarf:** 12 -15 Std.

## Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben IV :

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

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel 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.
- individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen.

**Zeitbedarf:** 12 – 15 Std.

### Unterrichtsvorhaben V:

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

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Formen der Fitnessgymnastik

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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/Anpassungserscheinungen<sup>6</sup> (d)  
Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

<sup>6</sup> nicht in der Obligatorik vorgesehen

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

**Zeitbedarf:** ca. 12 – 15 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VI:**

**Thema:** **Von der Halle in den Sand oder auf die Straße** – 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 Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** f – Gesundheit, d - Leistung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens, Fitness als Basis als Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f), Trainingsplanung und Organisation (d)

**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:** 12 - 15 Std.

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

## **Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr**

### **Unterrichtsvorhaben VII:**

**Thema:** **Kein Schulball ohne uns – Ein vorgegebenes Leitmotiv als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und abgang präsentieren**

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

**Inhaltlicher Kern:** Tanz

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfelder:** b – Gestaltung, c – Wagnis und Verantwortung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Improvisation und Variation von Bewegung (b)  
Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 18 - 21 Std.

**Unterrichtsvorhaben VIII:**

**Thema:** **Als Mannschaft zum Erfolg** – Kooperative Vermittlung eines Läufer-Systems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e - Kooperation und Wettkampf

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

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** 12 - 15 Std.

**Unterrichtsvorhaben IX:**

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

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

**Inhaltsfeld:** f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 4 - 6 Std.

## Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben X:

**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:** f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** 10 - 12 Std.

### Unterrichtsvorhaben XI:

**Thema:** **Erfolgreich im Angriff** – Vertiefung und Weiterentwicklung von Angriffsformen zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeit

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

**Inhaltlicher Kern:** Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Volleyball, Fußball)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
- in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**Inhaltsfeld:** e – Kooperation und Wettkampf, b – Bewegungsgestaltung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten (e), Gestaltungskriterien (b)

#### **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: 15 – 18 Std.

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

## Kursprofil 2: 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 besonderer Berücksichtigung von Lauf, Sprund, Wurf/ Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

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
<b>Q 1.1</b>  →19 Wochen = 57 Stunden	<b>UV 1</b>	<b>Wir tanzen für unsere Schule</b> – Erarbeitung und Präsentation von stilungebundenen Kleingruppenchoreographien zu einem vorgegebenen Thema unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien mithilfe einer Lerntheke ca. 12 – 15 Stunden
	<b>UV 2</b>	<b>Alles im grünen Bereich</b> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Seil) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern. ca. 12 – 15 Stunden
	<b>UV 3</b>	<b>So werde ich stark!</b> – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen ca. 12 – 15 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 12 – 21 Stunden
	<b>UV 4</b>	<b>Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten ca. 12 – 15 Stunden

<u>Q 1.2</u> → 21 <b>Wochen</b> = 63 <b>Stunden</b>	<b>UV 5</b>	<b>Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung</b> – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern ca.15 – 18
	<b>UV 6</b>	<b>Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste</b> – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe und Spielideen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen, um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können ca.12 – 15 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca.15 - 24 Stunden
<u>Q 2.1</u> → 16 <b>Wochen</b> = 54 <b>Stunden</b>	<b>UV 7</b>	<b>Kein Schulball ohne uns</b> – Ein vorgegebenes Leitmotiv als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und abgang präsentieren ca. 18 - 21 Stunden
	<b>UV 8</b>	<b>Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig</b> – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen ca. 12 - 10 Stunden
	<b>UV 9</b>	<b>Stress und Anspannung effektiv lösen</b> – Prinzipien einer progressiven Muskelentspannung z.B. nach Jacobsen zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen ca. 4-6 Stunden
	<b>Freiraum</b>	ca. 17 - 20 Stunden
<u>Q 2.2</u> <b>Quartal 3</b> → 11 <b>Wochen</b> = 33 <b>Stunden</b>	<b>UV 10</b>	<b>Tanz dich fit</b> – neue Fitnesstrends zum Beispiel Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen → in Verbindung mit dem UV 9 ca.10 – 15 Stunden
	<b>UV 11</b>	<b>Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig</b> – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung ca.12 – 15
	<b>Freiraum</b>	ca. 3 -11 Stunden

## Konkretisierung mit Bezug zu den Kompetenzerwartungen

### Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

#### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema: Wir tanzen für unsere Schule** – Erarbeitung und Präsentation von stilungebundenen Kleingruppenchoreographien zu einem vorgegebenen Thema unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien mithilfe einer Lerntheke

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

**Inhaltlicher Kern:** Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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, e – Kooperation und Konkurrenz, b - Bewegungsgestaltung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e), Gestaltungskriterien, Improvisation und Variation von Bewegung (b)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 12 - 15 Std.



### **Unterrichtsvorhaben II:**

**Thema: Alles im grünen Bereich** – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen) 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 Kompetenzerwartungen:**

- 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) (MK)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen (MK)
- gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern (SK)

**Zeitbedarf:** ca. 12 – 15 Std.

### **Unterrichtsvorhaben III:**

**Thema: So werde ich stark!** – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethoden gezielt für sich selbst nutzen

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

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

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** f – Gesundheit, a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Inhaltliche Schwerpunkte:** Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f), Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 12 – 15 Std.

## Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben IV:

**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 Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** d - Leistung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** 12 - 15 Std.

### Unterrichtsvorhaben V:

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

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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 (d)

**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:** 15 - 18 Std.

<p><b><u>Unterrichtsvorhaben VI:</u></b></p> <p><b>Thema: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste –</b> Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können</p> <p><b>BF/SB:</b> Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.</li> </ul> <p><b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Wettkampf, f - Gesundheit</p> <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> Fairness und Aggression im Spiel (e) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen. (e)</li> <li>• positive und negative Einflüsse von Sporttreiben auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen. (f)</li> </ul> <p><b>Zeitbedarf:</b> 12 - 15 Std.</p>
<p><b><u>Summe Qualifikationsphase I: ca. 90 Stunden (Freiraum mehr als 30 Stunden)</u></b></p>

<b>Qualifikationsphase (Q2) 1. Halbjahr</b>
<p><b><u>Unterrichtsvorhaben VII:</u></b></p> <p><b>Thema: Kein Schulball ohne uns – Ein vorgegebenes Leitmotiv als Gruppentanz gestalten und mit Bühnenauf- und abgang präsentieren</b></p> <p><b>BF/SB:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste</p> <p><b>Inhaltlicher Kern:</b> Tanz</p> <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (<b>Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau</b>) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren</li> </ul> <p><b>Inhaltsfelder:</b> b – Gestaltung, c – Wagnis und Verantwortung</p> <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> Improvisation und Variation von Bewegung (b) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)</p> <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b></p>

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

**Zeitbedarf:** ca. 18 - 21 Std.

### **Unterrichtsvorhaben VIII:**

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

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** f – Gesundheit,

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 8 – 10 Std.

### **Unterrichtsvorhaben IX**

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

**BF/SB:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**Inhaltlicher Kern:** Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

**Inhaltsfeld:** f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

Zeitbedarf: ca. 4 - 6 Std.

## Qualifikationsphase (Q2) 2. Halbjahr

### Unterrichtsvorhaben X:

**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:** f - Gesundheit

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

Zeitbedarf: 10 - 12 Std.

### Unterrichtsvorhaben XI:

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

**BF/SB:** Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

**Inhaltlicher Kern:** Formen ausdauernden Laufens

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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  
Anatomische und pysiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung

#### **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 individuelle Leistungsentwicklung dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).

**Zeitbedarf:** 12 – 15 Std.

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

## 2.1.4 Beispiele für konkretisierte Unterrichtsvorhaben

### 1. Beispiel: Qualifikationsphase Grundkurs (Kursprofil 1 und 2)

#### Unterrichtsvorhaben I:

**Thema:** **Wir tanzen für unsere Schule** – Erarbeitung und Präsentation von stilungebundenen Kleingruppenchoreographien zu einem vorgegebenen Thema unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien mithilfe einer Lerntheke

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

**Inhaltlicher Kern:** Tanz

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- 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, e – Kooperation und Konkurrenz, b - Bewegungsgestaltung

**Inhaltlicher Schwerpunkt:** Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a), Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e), **Gestaltungskriterien, Improvisation und Variation von Bewegung (b)**

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

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

**Zeitbedarf:** ca. 12 - 15 Std.

### Themen der Unterrichtseinheiten

Nr.	Themen der Unterrichtseinheiten (je eine Doppelstunde)
1	<i>Festlegung des Themas, Brainstorming in Kleingruppenarbeit, Musikauswahl</i>
1	„Das Tanz-ABC“ – Erarbeitung verschiedener Grundschnitte zur Herstellung einer gemeinsamen Arbeitsgrundlage. <sup>7</sup>
2	„Der Kasten als Lerntheke“ – Erweiterung des tanzspezifischen Handlungsrepertoires durch die eigenständige Erarbeitung weiterer Schritte unter besonderer Berücksichtigung des eigenständigen Lernens
3	„Ich zeige dir, wie es geht!“ – Experimentieren und Festlegen erster Schrittfolgen in Kleingruppen zur Musik <sup>8</sup>

<sup>7</sup> In dieser Stunde wird auch ein gemeinsames Thema festgelegt, Kleingruppen gebildet und das methodische Vorgehen besprochen.

<sup>8</sup> Langfristig erkrankte Schüler schließen sich einer Kleingruppe an und führen ab dieser Stunde ein ‚Tanzbuch‘, mit dem die Entstehung der Choreografie dokumentiert wird.

4	„Wir haben einen Tipp für euch“ – Optimierung der Mini-Choreografie auf der Grundlage eines Kriterien geleiteten <sup>9</sup> Feedbacks anhand der Präsentation durch Spiegelung.
5	„Und jetzt in Feinform!“ – Optimierung der Kleingruppen-Choreografie unter besonderer Berücksichtigung der Bewegungsausführung und der (variablen) Schritttechniken
7	„Der letzte Schliff“ – Üben der Kleingruppen-Choreografie unter besonderer Berücksichtigung von Einlauf, Schlusspose und Partnerbezug
8	„Das Lernprodukt – Unser eigene Choreographie kritisch bewerten“ –Die Choreographie der einzelnen Gruppen als Feedbackmöglichkeit für die punktuelle Leistungsüberprüfung nutzen
9	„Der Vorhang geht auf“ – „Spot on“ – Wir tanzen unsere Choreographien auf dem Schulball

---

<sup>9</sup> Synchronität, Rhythmus, mindestens ein Formationswechsel, Raumnutzung (hoch/tief), Raumwege



## 2.2 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit

Die Fachkonferenz Sport des Jan-Joest-Gymnasiums hat die folgenden fachmethodischen und fachdidaktischen Grundsätze beschlossen.

### Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Jan-Joest-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 verstärkte 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.

## 2.3 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 Jahrgangsstufe unterrichtenden Lehrerinnen und Lehrer arbeiten bzgl. der Vergleichbarkeit der Anforderungen eng zusammen.

Im 2. Halbjahr der EF wird in allen Sportkursen von den Schülerinnen und Schülern eine Ausdauerleistung erbracht.

Die Fachkonferenz beschließt, dass bei kranken und verletzten Schülerinnen und Schülern eine Attestpflicht ab der vierten Krankheitswoche besteht. Mit Attest besteht jedoch weiterhin Anwesenheitspflicht im Sportunterricht und die Schülerinnen und Schüler sind nicht von der Benotung im Sportunterricht ausgenommen. Die kranken/verletzten Schülerinnen und Schüler müssen sich ihren Möglichkeiten entsprechend im Sportunterricht einbringen (z.B. Schiedsrichtern, Fremdfedback, Sicherheitsstellung). Sollte eine Schülerin oder ein Schüler eine ganze Kurseinheit (ca. 6 Wochen) nicht aktiv bzw. nur bedingt am Sportunterricht teilnehmen können, müssen sie eine mündliche Prüfung und/ oder anderweitige, gleichwertige Ersatzleistung erbringen (z.B. pro Unterrichtsvorhaben eine längere schriftliche Ausarbeitung, Übernahme von einzelnen Unterrichtsphasen, dauerhafte Übernahme des Aufwärmprogramms).

Weiterhin strebt die Fachkonferenz 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 Unterrichtssituationen einlässt,
3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann

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

1. **Sportmotorische Leistungen** in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

#### Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr*
  - *mindestens einen Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit) bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche (z.B. Coopertest, Linienlauf, Pendellauf)*
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<sup>10</sup> bewertet.*
- *Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung (Tanz) bewertet werden.*
- *Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgesprächen.*

---

<sup>10</sup> s. Teil D

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

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