

Schulinterner Lehrplan

Sport

Sekundarstufe II

Theodor-Heuss-Gymnasium Recklinghausen



Einführungsphase EF

Umrissplanung (Obligatorik) für die Einführungsphase EF

Halbjahr	Themen der Unterrichtsvorhaben	Bezug zu den IF	Bezug zu den BF
1	Werfen und Laufen mal anders - wir erlernen die Grobform der Technik im Speerwurf und Hürdenlauf	a/d	3
	Ropeskipping im Hinblick auf das Gestaltungskriterium „Raum“	b	6
	Le Parkour - Die Kunst der Fortbewegung	b/c	5
2	"Touchdown" – Erlernen grundlegender Techniken, Aufgabenfelder, Regeln sowie der Flagfootball-Fachsprache unter besonderer Berücksichtigung einer selbstständigen Erarbeitung von gruppen- und individualtaktischen Verhaltensweisen in Offense und Defense	e	7
	"Fit wie ein Turnschuh" - Erarbeitung von theoretischen und praktischen Kenntnissen zur selbstständigen Durchführung eines individuellen und funktionellen Fitnesstrainings	f/d	1

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (Stunden)	Inhaltlicher Kern
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	A D	EF	18	BF/SB 3: leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

Werfen und Laufen mal anders - wir erlernen die Grobformen der Technik im Speerwurf und Hürdenlauf

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 3: Die SuS können eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (Speerwurf, Hürden)

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens

Leistung (d)

Trainingsplanung und -organisation

Sachkompetenz

Die SuS können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (a)

Methodenkompetenz

Die SuS können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerecht anwenden (a)

Die SuS können sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (f)

Urteilskompetenz

Die SuS können ihren eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet beurteilen (d)

Die SuS können den Einsatz von unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (a)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: „Werfen und Laufen mal anders - wir erlernen die Grobformen der Technik im Speerwurf und Hürdenlauf“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Messverfahren sachgerecht anwenden • Vermittlung von Sicherheitsbestimmungen und grundlegenden Wettkampfregelein in den Disziplinen • Eigenverantwortliches Trainieren und Üben 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Reihen • EA/PA/GA • Partnerbeobachtung • Bewegungslernen mit Hilfe von Bildreihen • Einsatz von Filmsequenzen • Erarbeitung von Fachbegriffen mit Bildreihen 		<p>Überprüfungsform: Demonstration</p> <p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Kontinuierliche Mitarbeit • Individuelle Entwicklung in der Grobform der Technik <p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikpräsentation • Leistung <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Weite • Zeit • Flüssige Präsentation der Techniknotenpunkte
<p>Fachbegriffe Hürdenlauf: Überlaufschrift; Schwung-/Nachziehbein; „Abtauchen in die Hürde“; „Überlaufen der Hürde“; Hürdensitz Speerwurf: Anlauf-; Aushol- und Abwurfbewegung; Griffhaltungen; Bogenspannung, Impuls-/Stemmschritt</p>			

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (Stunden)	Inhaltlicher Kern
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BFSB 6)	B	EF	18	BF/SB 6: Tanz

Ropeskipping im Hinblick auf das Gestaltungskriterium Raum

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

BF/SB 6: Die Schülerinnen und Schüler können ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Bewegungsgestaltung (b)

Gestaltungskriterien

Sachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (b)

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen (b)

Urteilskompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (b)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: „Ropeskipping im Hinblick auf das Gestaltungskriterium Raum“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
	<ul style="list-style-type: none"> • EA • PA (Korrektur) • GA (Kür erarbeiten, Kriterien sammeln) • Schülervorträge (Referate zu Gestaltungskriterien) 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwingen ohne Springen • Sprungvariationen im Stand • Sprungvariationen in der Fortbewegung • Gestaltungskriterien <ul style="list-style-type: none"> • Raum, Dynamik, Zeit, Formaler Aufbau 	<p>Überprüfungsform: Präsentation</p> <p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung der SuS <ul style="list-style-type: none"> ○ Kognitive Mitarbeit ○ Individueller Lernfortschritt ○ Anzahl beherrschter Sprungvariationen ○ Anstrengungsbereitschaft <p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpräsentation <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterium Raum • Durch SuS erarbeiteter Kriterienkatalog
Fachbegriffe			

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (Stunden)	Inhaltlicher Kern
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	F D	EF	18	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik

Fit wie ein Turnschuh – Erarbeitung von theoretischen und praktischen Kenntnissen zur selbstständigen Durchführung eines individuellen und funktionellen Fitnessstrainings

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die SuS können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit (f) → Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Leistung (d) → Trainingsplanung und -organisation

Sachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern (f)

Methodenkompetenz

Die SuS können sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (f)

Urteilskompetenz

Die SuS können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen (f)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: „Fit wie ein Turnschuh – Erarbeitung von theoretischen und praktischen Kenntnissen zur selbstständigen Durchführung eines individuellen und funktionellen Fitnesstrainings“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<p>Die SuS...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Können sich mit konditionellen Fähigkeiten auseinandersetzen • Erlangen Kenntnisse über Fachbegriffe wie <ul style="list-style-type: none"> ○ Aerob/anaerob ○ Agonist/Antagonist ○ Laktat ○ Muskelaufbau ○ Wirbelsäulenskelett ○ ATP-Sauerstoffaufnahme • Kennen die Grundlagen der Trainingsplanung (Wdh.-Methode; Intervalltraining) • Können gesunde Ernährung mit Sport verbinden • Können verschiedene Fitnesstests durchführen und evaluieren • Können funktionelle und unfunktionelle Übungen unterscheiden • Entwickeln funktionelle Übungen, führen diese durch und reflektieren diese 	<p>Die SuS...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten selbstständig Übungen und stellen dazu Kriterien auf in EA/PA/GA • Beschreiben und beobachten Bewegungsabläufe • Reflektieren Grundlagen des Fitnesstrainings • Kooperation mit Fitnessstudio 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbögen • Selbsteinschätzungsbögen • Schriftliche Überprüfungen • Bewegungskorrekturen • Fitnesstests • Trainingsplan 	<p>Überprüfungsform: Sportmotorische Testverfahren</p> <p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontinuierliche Mitarbeit • Fitnesstest <p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Den eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet überprüfen <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuell mit Kurs vereinbar
<p>Fachbegriffe s.o.</p>			

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (Stunden)	Inhaltlicher Kern
Bewegen an Geräten – Turnen (5)	CA	EF	18	BF/SB 5: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Le Parkour – Die Kunst der Fortbewegung

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 5: Die SuS können turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren

BF/SB 5: Die SuS können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Wagnis und Verantwortung (c)

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens

Sachkompetenz

Die SuS können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (c)

Methodenkompetenz

Die SuS können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren (c)

Die SuS können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (a)

Urteilskompetenz

Die SuS können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (c)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: „Le Parkour – Die Kunst der Fortbewegung“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Reduktion durch methodische Reihen • Partner-/Gruppenbeobachtung • Beobachtungsbogen • Zeit • Realistische Selbsteinschätzung (Wagnisse eingehen, nicht zu viel riskieren) • Theorie – unterrichtsbegleitend • Verantwortungsbewusster Umgang mit den Übungen, den Geräten, sich selbst und seinen Mitschülern 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle zur Erarbeitung von verschiedenen Überwindungsmöglichkeiten • EA • PA • GA 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprünge • Landungen • Überwinden von Hindernissen • Durchzug • Hockwende • Diebsprung • Wandlauf • Hockwende rückwärts • (Wandsalto rückwärts) 	<p>Überprüfungsform: Präsentation</p> <p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Mitarbeit • Ausdauernde Beteiligung <p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Absolvieren eines Runs <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik • Zeit • Hilfestellung
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (Stunden)	Inhaltlicher Kern
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	E	EF	15	Mannschaftsspiel Flagfootball

„Touchdown“ - Erlernen und Anwenden grundlegender Techniken (z.B. Werfen, Fangen, Flagge ziehen), Aufgabenfelder (Positionen innerhalb einer Mannschaft), Regeln sowie der Flagfootball-Fachsprache (z.B. LoS, Touchdown, Interception) unter besonderer Berücksichtigung einer selbstständigen Erarbeitung von gruppen- und individualtaktischen Verhaltensweisen in Offense und Defense

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

Die SuS können in einem Mannschaftsspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und Defensive anwenden (1)

Die SuS können Spielregeln anwenden (2)

Inhaltsfeld: (e) Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestalten von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Sachkompetenz

Die SuS können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportl. Handlungssituationen beschreiben

Methodenkompetenz

Die SuS können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren (z. B. Organisation eines Flagfootball-Turniers)

Urteilskompetenz

Die SuS können die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechtsspezifischer Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

**Thema des UV: „Werfen und Laufen mal anders - wir erlernen die Grobformen der Technik im Speerwurf und Hürdenlauf“
(18 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Diagnoseinstrumente	Leistungsbewertung
	<ul style="list-style-type: none"> • Spielgemäßes Konzept Einschub von Übungsreihen (z.B. zum Werfen, Fangen, Flagge ziehen) möglich • Denkbare Spielformen: Parteiball, Parteiball mit Endzone, Basketfootball, Quarterback-Ball, Jägerball (s. Anhang AFVH) 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen Kriterienbezogen (s. punktuelle Beobachtungskriterien) 	<p>Unterrichtsbegleitend</p> <p>Punktuell Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von mindestens 2 Angriffsspielzügen • Regelwerk (mündliche Abfrage, Test) • Werfen und Fangen
<p>Fachbegriffe</p>			

Bewegungsfeld/Sportbereich	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrgangsstufe	Dauer des UV (Stunden)	Inhaltlicher Kern
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)	F D	EF	18	BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik

Fit wie ein Turnschuh – Erarbeitung von theoretischen und praktischen Kenntnissen zur selbstständigen Durchführung eines individuellen und funktionellen Fitnesstrainings

Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

BF/SB 1: Die SuS können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.

BF/SB 1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden

Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

Gesundheit (f) → Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Leistung (d) → Trainingsplanung und -organisation

Sachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern (f)

Methodenkompetenz

Die SuS können sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen (f)

Urteilskompetenz

Die SuS können die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen (f)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Thema des UV: „Fit wie ein Turnschuh – Erarbeitung von theoretischen und praktischen Kenntnissen zur selbstständigen Durchführung eines individuellen und funktionellen Fitnesstrainings“ (18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
<p>Die SuS...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Können sich mit konditionellen Fähigkeiten auseinandersetzen • Erlangen Kenntnisse über Fachbegriffe wie <ul style="list-style-type: none"> ○ Aerob/anaerob ○ Agonist/Antagonist ○ Laktat ○ Muskelaufbau ○ Wirbelsäulenskelett ○ ATP-Sauerstoffaufnahme • Kennen die Grundlagen der Trainingsplanung (Wdh.-Methode; Intervalltraining) • Können gesunde Ernährung mit Sport verbinden • Können verschiedene Fitnesstests durchführen und evaluieren • Können funktionelle und unfunktionelle Übungen unterscheiden • Entwickeln funktionelle Übungen, führen diese durch und reflektieren diese 	<p>Die SuS...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten selbstständig Übungen und stellen dazu Kriterien auf in EA/PA/GA • Beschreiben und beobachten Bewegungsabläufe • Reflektieren Grundlagen des Fitnesstrainings • Kooperation mit Fitnessstudio 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbögen • Selbsteinschätzungsbögen • Schriftliche Überprüfungen • Bewegungskorrekturen • Fitnesstests • Trainingsplan 	<p>Überprüfungsform:</p> <p>Sportmotorische Testverfahren</p> <p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontinuierliche Mitarbeit • Fitnesstest <p>Punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> • Den eigenen Trainingsfortschritt kriteriengeleitet überprüfen <p>Kriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuell mit Kurs vereinbar
<p>Fachbegriffe</p> <p>s.o.</p>			

Qualifikationsphase Q1-Q2

Noch in der Einführungsphase erhalten die SuS des THG die Möglichkeit, eines der im folgenden dargestellten Kursprofile zu wählen, die gemäß des Kernlehrplans NRW zwei Bewegungsfelder fokussieren und dabei alle Inhaltsfelder abdecken.

Profil Volleyball/Fitness

Profilbildende pädagogischen Perspektiven/Inhaltsfelder (IF):

- Kooperation und Konkurrenz (e)
- Gesundheit (f)

Profilbildende Bewegungsfelder und Sportbereiche:

- Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)
- Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ werden unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne die folgenden inhaltlichen Kerne thematisiert (vgl. KLP S. 39):

- 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
- Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 40):

- Mannschaftsspiele (**Volleyball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (**Ultimate Rugby**)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (**Ultimate Frisbee**)

Halb- jahr	Bezug zu den Kompetenz- erwartungen		Inhaltsfelder (Schwerpunkte)	Sportart	Themen der Unterrichtsvorhaben	Zeit- bedarf
	BWK	SK/ MK/ UK				
Q1-1	1-5 1-4	f: SK 1 f: SK 1	f: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	FITNESS- TRAINING	Anatomische und physiologische Grundlagen von Körper und Bewegung – Analyse von Alltags- und Sportbewegungen unter besonderer Berücksichtigung physiologischer Auswirkungen körperlicher Belastung	15
	7-1	e: SK 1 e: MK 2	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	VOLLEYBALL	Was können wir? – Feststellung des Ausgangsniveaus und Verbesserung der technischen Grundfertigkeiten Baggern, Pritschen und Aufschlag und deren Anwendung in Kleinfeldspielen (3:3, 4:4).	15
	7-4	a: SK 1 a: UK 1	a: Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens	ULTIMATE FRISBEE	Spirit of the Game Übungsreihen verschiedener Wurftechniken im Ultimate Frisbee unter besonderer Berücksichtigung unterschiedlicher Konzepte motorischen Lernens	15
	1-2	b: SK 1 b: UK 2 f: SK 1	b: Gestaltungskriterien	AEROBIC/ ZUMBA	125 BPM! Belastungsparameter im Ausdauertanz als Anlass zur Gestaltung eines individuellen Langzeitausdauertrainings	12
Q1-2	7-1	c: SK 1	c: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	VOLLEYBALL	Hechtbagger und Japanrolle - voller Einsatz in der Abwehr – Einführung von Individualtechniken unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiken, um die Feldabwehr gegen Finten und harten Angriffsschlägen zu verbessern	15
	1-3 1-1	d: MK 1 d: MK 2 f: MK 1	d: Trainingsplanung und - organisation	FITNESS- TRAINING	Wir verbessern durch verschiedene Maßnahmen unsere Sprungleistung, sportartspezifisches Fitnesstraining – Erarbeitung von Sprungkraftzirkeln und Krafttrainingsmethoden in der stabilisierenden Muskulatur zur individuellen Verbesserung der Sprunghöhe	15

	7-1 7-2	f: UK 1 e: MK 2 e: SK 1	f: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	BEACH-VOLLEYBALL	Beachvolleyball – Von der Halle in den Sand – Erprobung einer bereits institutionalisierten Sportspielvariante unter Akzentuierung unterschiedlicher Motive für ein lebenslanges Sporttreiben	18
	7-2	e: MK 2	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	VOLLEYBALL	Erfolgreich im Angriff – Erfolgreich gegen den Angriff – Spielgemäße Entwicklung von Angriffs- und Blocktechniken zur Verbesserung der individual- und gruppentaktischen Spielfähigkeiten	15
Q2-1	1-1 1-3 1-4	f: SK 1 f: SK 2 f: MK 1	f: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit	FITNESS-TRAINING	Die Turnhalle als Fitnessstudio – Erproben von bekannten und neuen Trainingsmaßnahmen in der Turnhalle unter dem Gesichtspunkt gesundheitsgerechten Sporttreibens	18
	7-2	e: MK 2	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	VOLLEYBALL	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läuferystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit im 4:2 System	18
	7-3 7-4	e: UK 1 e: SK 1	e: Fairness und Aggression im Sport	ULTIMATE RUGBY	Ultimate Rugby – kein Spiel für Raufbolde und harte Typen! Spielgemäße Erarbeitung des Ultimate Rugby im Spannungsfeld von Fairness und Konkurrenz	18
Q2-2	7-1 7-2	e: MK 1	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	VOLLEYBALL	Wer pfeift hier was? – Regelkunde, Anwendung der Regeln, das Spiel in den Regelstrukturen spielen und pfeifen können	5
	7-1 7-2	e: MK 1 e: MK 2	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	VOLLEYBALL	Abschlussturnier - im 4:2 Spielsystem werden die erlernten Fähigkeiten und Fertigkeiten regelgerecht und normativ eingesetzt	15
		f: UK 1		FITNESS-TRAINING	X-Fit – einen neuen Fitness Trend durch intensives Erproben kennenlernen und aufgrund der bekannten theoretischen Grundlagen kritisch beurteilen können	13

Auflistung der für das Kursprofil relevanten Kompetenzen:

Inhaltsfeld	
a	<p>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 1) unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.</p> <p>METHODENKOMPETENZ</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 1) unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.</p>
b	<p>Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gestaltungskriterien</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 1) ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 1) Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</p>
c	<p>Wagnis und Verantwortung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 1) Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.</p>
d	<p>Leistung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Trainingsplanung und -organisation</i></p>

		<p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio). 2) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
e	Kooperation und Konkurrenz	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i> <i>Fairness und Aggression im Sport</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. 2) individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
f	Gesundheit	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i> <i>Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. 2) gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern. <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p>

- | | | |
|--|--|---|
| | | <p>1) Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.</p> |
|--|--|---|

URTEILSKOMPETENZ

Die Schülerinnen und Schüler können

- | | | |
|--|--|--|
| | | <p>1) positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.</p> |
|--|--|--|

BFSB		
1	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	<p>Inhaltliche Kerne <i>Formen der Fitnessgymnastik</i> <i>Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</i> <i>Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung</i> <i>Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden</i> <i>Funktionsgerechtes Bewegen in Alltagssituationen unter Berücksichtigung muskulärer Balancen und gesunder Körperhaltung</i></p> <p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen, 2) sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten, 3) selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden, 4) unterschiedliche Dehnmethoden (u. a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden, 5) funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden.
7	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	<p>Inhaltliche Kerne <i>Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)</i> <i>Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Ultimate Rugby)</i> <i>Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (Ultimate Frisbee)</i></p> <p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 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. 2) in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen. 3) selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen. 4) Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Profil Tanz/Sportspiele

Profilbildende pädagogischen Perspektiven/Inhaltsfelder (IF):

- Bewegungsgestaltung (b)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Profilbildende Bewegungsfelder und Sportbereiche:

- Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)
- Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ werden unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne alle inhaltlichen Kerne thematisiert (vgl. KLP S. 39):

- Gymnastik
- Tanz
- Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 40):

- Mannschaftsspiele (**Hockey**)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (**Ultimate Frisbee, Entwicklung eines eigenen Spiels**)

Halb- jahr	Bezug zu den Kompetenz- erwartungen		Inhaltsfelder (Schwerpunkte)	Sportart	Themen der Unterrichtsvorhaben	Zeit- bedarf
	BWK	SK/ MK/ UK				
Q1-1	6-1	a: SK 1 a: UK 1	a: Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens	GYMNASTIK/ TANZ	Beherrsche das Handgerät! Erarbeitung einer Bewegungskomposition mit Handgerät als Anlass zur Beurteilung unterschiedlicher Konzepte des motorischen Lernens (Ausführung, Zeit)	20
		f: SK 1 f: UK 1	f: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	FITNESS- TRAINING	Crossfit, Freeletics und Co. Ausgewählte Trainingsprogramme aktueller Fitnesstrends als Anlass zur Erläuterung gesundheitsfördernder und gesundheitsschädigender Faktoren	20
	7-2	e: MK 2	e: Strategien für erfolgreiches Sporttreiben	HOCKEY	Fairer Zweikampf! Ausgewählte Übungssituationen im Hallenhockey unter besonderer Berücksichtigung angemessenen individualtaktischen Verhaltens	17
Q1-2	6-2	b: SK 1 b: UK 1	b: Ausführungs- und Gestaltungskriterien b: Beurteilung von Präsentationen	TANZ	Bounce! Selbstständige Entwicklung von HipHop-Choreografien unter besonderer Berücksichtigung ihrer kriteriengeleiteten Beurteilung	23
		d: MK 1 d: MK 2 f: SK 1	d: Trainingsplanung und -organisation f: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	AEROBIC/ ZUMBA	125 BPM! Belastungsparameter im Ausdauertanz als Anlass zur Entwicklung eines individuellen Trainingsplans	18
	7-1	e: MK 2	e: Strategien für erfolgreiches Sporttreiben	HOCKEY	Kreativ zum Torerfolg! Spielzüge in ausgewählten Spielformen unter besonderer Berücksichtigung der reflektierten Anwendung grundlegender Handlungs- und Entscheidungsmuster	22

Q2-1		c: SK 1	c: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	LE PARKOUR	Wer nicht wagt, der nicht gewinnt! Der Wallflip unter besonderer Berücksichtigung der Motive und Motivation im Risikosport	18
	6-3	b: SK 1 b: UK 1	b: Ausführungs- und Gestaltungskriterien	BEWEGUNGS-KÜNSTE	Stumme Kunst! Improvisation und Variation von Bewegungskompositionen der Pantomime als Anlass zur Erarbeitung geeigneter Kriterien zur Beurteilung pantomimischer Darstellungen (<i>Ausführung</i>)	18
	7-4	e: UK 1	e: Fairness und Aggression im Sport	SPORTSPIEL	Theo-Game! Konzeption eines Sportspiels unter besonderer Berücksichtigung der Bedeutung von konstitutiven, strategischen und moralischen Regeln für das Gelingen von Spielsituationen	18
Q2-2	6-4 6-5	b: MK 1	b: Methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung	GYMNASTIK/ TANZ, BEWEGUNGS-KÜNSTE	Schirm, Stuhl und Co. Alltagsgegenstände als Ausgangspunkt ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns unter besonderer Berücksichtigung unterschiedlicher methodischer Zugänge zur Bewegungsgestaltung (<i>Raum, formaler Aufbau</i>)	13
	7-3 7-4	e: SK 1 e: UK 1	e: Faktoren, Rollen und Regeln	ULTIMATE FRISBEE	Spirit of the Game Regelvariationen im Ultimate Frisbee unter besonderer Berücksichtigung der Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien	12
	7-2	e: SK 1 e: MK 1	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	SPORTSPIEL	Matchday! Organisation eines Sportspiel-Turniers unter besonderer Berücksichtigung der Realisierung kursabhängiger Regelanpassung	8

Auflistung der für das Kursprofil relevanten Kompetenzen:

Inhaltsfeld	
a	<p>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p>
	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 2) unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.</p> <p>METHODENKOMPETENZ</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 2) unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.</p>
b	<p>Bewegungsgestaltung</p>
	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gestaltungskriterien</i> <i>Improvisation und Variation von Bewegung</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 2) ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.</p> <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 1) verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 2) Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</p>
c	<p>Wagnis und Verantwortung</p>
	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i></p>

		<p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>2) Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.</p>
d	Leistung	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Trainingsplanung und -organisation</i></p> <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>3) die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio). 4) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.</p>
e	Kooperation und Konkurrenz	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i> <i>Fairness und Aggression im Sport</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>1) die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.</p> <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>1) bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. 2) individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <p>1) die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.</p>
f	Gesundheit	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i></p> <p>SACHKOMPETENZ</p>

	<p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern. <p>URTEILSKOMPETENZ</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.
--	--

BFSB	
6	<p>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p> <p>Inhaltliche Kerne <i>Gymnastik</i> <i>Tanz</i> <i>Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste</i></p> <p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 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. 2) selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren. 3) 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. 4) Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns – insbesondere der Improvisation – nutzen. 5) ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.
7	<p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p> <p>Inhaltliche Kerne <i>Mannschaftsspiele (Hockey)</i> <i>Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (Ultimate Frisbee, eigenes Spiel)</i></p> <p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p>

	<ol style="list-style-type: none">1) 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.2) in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.3) selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.4) Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
--	---

Profil Fußball/Leichtathletik

Profilbildende pädagogischen Perspektiven/Inhaltsfelder (IF):

- Leistung (d)
- Kooperation und Konkurrenz (e)

Profilbildende Bewegungsfelder und Sportbereiche:

- Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)
- Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ werden unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne alle inhaltlichen Kerne thematisiert (vgl. KLP S. 39):

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 40):

- Mannschaftsspiele (**Fußball**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (**Flagfootball, Futsal**)
- Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (**Ultimate Frisbee**)

Halb-jahr	Bezug zu den Kompetenz-erwartungen		Inhaltsfelder (Schwerpunkte)	Sportart	Themen der Unterrichtsvorhaben	Zeit-bedarf
	BWK	SK/ MK/ UK				
Q1-1	3-1	d: SK 1	d: Trainingsplanung und -organisation	LEICHT-ATHLETIK	Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen (Weitsprung/Hochsprung, Sprint, Schlagballweitwurf/Kugelstoßen, 800m/1000m Lauf) erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten	15
	7-1	e: SK 1 e: MK 1	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	FUßBALL	Tor, Tor, Tor! - Thematisierung der zentralen Spielidee des Fußballspiels „Tore erzielen – Tore verhindern“, kriteriengeleitete Spielbeobachtung und Auswertung, gegenseitige Einschätzung der individuellen Spielfähigkeit, Veränderung der Spiel- und Regelstrukturen zur Verbesserung der Spielfähigkeit	15
		b: SK 1 b: UK 1	b: Gestaltungskriterien	BALLKO-ROBICS	BallKoRobics – Fußball 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 fußballspezifischen Bewegungen	12
	7-3	e: UK 1 e: SK 1	e: Fairness und Aggression im Sport	FLAG-FOOTBALL	Down, Set, Hut! Ausgewählte Spielsituationen im Flagfootball unter besonderer Berücksichtigung der Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien	15
Q1-2	7-2	e: MK 1 e: MK 2 e: SK 1	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	FUßBALL	Spielen wie Messi und Ronaldo - Die Spielauffassung des modernen Fußballspiels verstehen und umsetzen Finden und Verstehen der individuellen Position innerhalb festgelegter Mannschaftsstrukturen; Vorbereitung und Durchführung eines Fußballturniers	15
	3-3	d: SK 1 d: SK 2 d: MK1 d: MK 2	d: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen	LEICHT-ATHLETIK	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	18

		c: SK 1	c: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	LE PARKOUR	Le Parkour – die Kunst der Fortbewegung Einschätzung von Risikosituationen und individuelle Ableitung von Handlungskonsequenzen	15
	7-3	e: SK 1 e: MK 1	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	FUßBALL	Futsal Abwandlung des klassischen Fußballspiels, Veränderungen hinsichtlich Spielfeldgröße, Spielerzahl, Regelstrukturen und des technisch – taktischen Anforderungsprofils; Vergleichende Gegenüberstellung zum Ausgangsspiel	15
Q2-1	3-4	d: UK 1	d: Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen	LEICHT-ATHLETIK	Als Mannschaft zum Erfolg – Staffelläufe Ausgewählte Staffelwettkämpfe unter besonderer Berücksichtigung der Beurteilung ihrer konditionellen, koordinativen und psychischen Anforderungen	12
		f: SK 1 f: UK 1 d: SK 2 d: MK 2	f: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	FITNESS-TRAINING	Crossfit, Freeletics und Co. Ausgewählte Trainingsprogramme aktueller Fitnesstrends als Anlass zur Erläuterung gesundheitsfördernder und gesundheitsschädigender Faktoren	15
	3-1	d: SK 1 a: SK 1 a: UK 1	d: Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung	LEICHT-ATHLETIK	Wer kommt am höchsten? – Hochsprung Erproben unterschiedlicher Hochsprungtechniken zur Erweiterung der Bewegungserfahrung (Schwerpunkt Flop)	15
	7-3 7-4	e: SK 1 e: UK 1	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	ULTIMATE FRISBEE	Spirit of the Game Ausgewählte Spielformen im Ultimate Frisbee unter besonderer Berücksichtigung der Bedeutung von konstitutiven, strategischen und moralischen Regeln für das Gelingen von Spielsituationen	12
Q2-2	7-2 7-1	e: MK 2	e: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	FUßBALL	Angriff contra Abwehr – eigene und gegnerische Stärken und Schwächen erkennen und Handlungsmöglichkeiten einschätzen	13

	3-4 3-5	a: SK 1 a: UK 1	a: Prinzipien und Konzepte motorischen Lernens	LEICHT-ATHLETIK	Leichtathletik einmal anders – Erprobung weiterer leichtathletischer Disziplinen und Entwicklung alternativer Formen des Laufens, Springens und Werfens	12
		c: SK 1 d: UK 1	c: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen	KLETTERN	An die Wand – Klettern Für sich und andere Verantwortung übernehmen und Grenzen wahrnehmen und überwinden	8

Auflistung der für das Kursprofil relevanten Kompetenzen:

Inhaltsfeld		
a	Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 3) unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.</p> <p>METHODENKOMPETENZ</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 3) unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.</p>
b	Bewegungsgestaltung	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gestaltungskriterien</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 3) ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 3) Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.</p>
c	Wagnis und Verantwortung	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 3) Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern.</p>
d	Leistung	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Trainingsplanung und -organisation</i></p>

		<p><i>Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung</i> <i>Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/Anpassungserscheinungen</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern. 2) physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern, <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z. B. Trainingstagebuch, Portfolio), 2) Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen. <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u. a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen.
e	<p>Kooperation und Konkurrenz</p>	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</i> <i>Fairness und Aggression im Sport</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 2) die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern. <p>METHODENKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 3) bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. 4) individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen. <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ol style="list-style-type: none"> 2) die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

f	Gesundheit	<p>Inhaltliche Schwerpunkte <i>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</i></p> <p>SACHKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 2) gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.</p> <p>URTEILSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 2) positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.</p>
---	------------	--

BFSB		
3	<p>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>	<p>Inhaltliche Kerne <i>Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Formen ausdauernden Laufens (z. B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe Historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe</i></p> <p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können 6) Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren, 7) 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, 8) Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten), 9) alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z. B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten, 10) historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.</p>
7	<p>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p>	<p>Inhaltliche Kerne <i>Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Flagfootball) Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (Ultimate Frisbee)</i></p> <p>BEWEGUNGS- UND WAHRNEHMUNGSKOMPETENZ Die Schülerinnen und Schüler können</p>

		<ol style="list-style-type: none">5) 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.6) in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.7) selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen.8) Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
--	--	---