

Schulinterner Lehrplan

Städt. Johannes-Kepler-Gymnasium Ibbenbüren



QUALIFIKATIONSPHASE

SPORT

INHALT	SEITE
1. Die Fachschaft Sport am Städtischen Johannes-Kepler-Gymnasium Ibbenbüren	3
1.1. Bezug zu curricular relevanten Aspekten des Schulprogramms - Beitrag zur Erreichung der Erziehungsziele der Schule	3
1.2. Umfeld der Schule	4
1.3. Sportstätten der Schule	5
1.4. Unterrichtsangebot der Schule	5
1.5. Fachspezifische Ziele und Schwerpunkte der Fachgruppenarbeit	6
2. Leistungsbewertung im Fach Sport allgemein	6
3. Grundsätze der Leistungsbeurteilung	7
4. Kriterien der Leistungsbeurteilung	8
4.1 Inhalte der Leistungsbewertung im Fach Sport	9
4.1.1 Körperlich - sportliche Leistungsfähigkeit und fachspezifisches Wissen	10
4.1.2 durch selbstständiges Arbeiten	10
4.1.3 durch kooperatives Arbeiten	10
4.1.4 durch individuellen Leistungsfortschritt und individuelle Leistung	11
4.2 Vereinbarungen zur Bewertung	11
4.2.1 Punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen	11
4.2.2 Unterrichtsbegleitende und prozessorientierte Lernerfolgsüberprüfungen	12
4.3 Leistungsanforderungen am Ende der Qualifikationsphase	13
5. Profilbildung, Unterrichtsvorhaben und Leistungsbewertung	16

1. Die Fachschaft Sport am Städtischen Johannes-Kepler-Gymnasium Ibbenbüren

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Städtischen Johannes – Kepler – Gymnasium drückt sich im Leitbild und im Schulprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans.

1.1. Bezug zu curricular relevanten Aspekten des Schulprogramms - Beitrag zur Erreichung der Erziehungsziele der Schule

Die Fachschaft Sport unterstützt das Schulprogramm des Johannes - Kepler Gymnasiums und damit die Erziehungsziele der Schule in vielfältiger Weise:

Leitsatz 1 – soziale Verantwortung:

Wir motivieren zur Teilnahme am gesellschaftlichen Leben vor Ort, zur Übernahme von Verantwortung in lokalen Organisationen, beispielsweise in Vereinen, d.h. wir motivieren Schülerinnen und Schüler, sich als Übungsleiter bzw. Helfer im lokalen Sport zu engagieren (Fußball – SV Ibbenbüren und DJK Ibbenbüren, SW Esch, SV Dickenberg; Basketball –TV Ibbenbüren; Leichtathletik – DJK Ibbenbüren). Außerdem finden regelmäßig im Verlauf des Schuljahres projektorientierte Begegnungen mit Schülerinnen und Schülern der benachbarten Gesamtschule – früher Hauptschule - statt.

Leitsatz 2 - Erziehung:

Wir leiten unsere Schülerinnen und Schüler zu selbst verantwortetem Handeln und Lernen an und erziehen unsere Schülerinnen und Schüler zu einem gesunden Leben. (vgl. Konkretisierung in den einzelnen Unterrichtsvorhaben)

Leitsatz 3 – Unterricht:

Wir fördern besonders im Sport kooperatives Lernen (vgl. Punkt 4 Kriterium Kooperation). Die Fachschaft engagiert sich in Fortbildungen für einen durchgehend qualifizierten Unterricht und sorgt für eine transparente Leistungsbewertung. Zusätzlich unterstützen wir den Lernprozess unserer Schülerinnen und Schüler durch interessante außerschulische Lernorte, hier zum Beispiel: Einführung großer Spiele an der Grundschule, Besuch sportlicher Veranstaltungen (Meisterschaftsspiele im Fußball, Basketball, Volleyball).

Leitsatz 4 – Schulleben:

Wir motivieren zur Teilnahme an gemeinschaftsfördernden Wettbewerben und Wettkämpfen und unterstützen dabei, d.h. alljährliche Teilnahme am Projekt „Jugend trainiert für Olympia“ in den Sportarten Basketball, Fußball, Volleyball, Handball, Judo, Turnen, Leichtathletik und Schwimmen in allen Altersklassen.

Außerdem fördern wir die individuellen Interessen und Stärken unserer Schülerinnen und Schülern durch ein vielfältiges Angebot an Arbeitsgemeinschaften im Sport.

Leitsatz 5 – interne Zusammenarbeit:

Die Kooperation der Fachschaft wird getragen von dem Wunsch, gemeinsam Unterrichtsentwicklung zu betreiben und die Arbeit für Kolleg/innen und Schüler/innen fruchtbar zu gestalten – so durch regelmäßige Fortbildungen, Fachkonferenzen und Dienstbesprechungen, informellen Austausch und gemeinsame Unterrichtsvorbereitung in den jeweiligen Jahrgangsstufen. Im Sinne einer gerechten Verteilung der Belastung ist jede Kollegin und jeder Kollege bereit, die Betreuung von Schulmannschaften bzw. die Leitung von Arbeitsgemeinschaften wahrzunehmen oder sich in der Vorbereitung bzw. Durchführung von schulinternen Wettkämpfen (Sportfest Klasse 5/6, Triathlon Jahrgangsstufe EP, Sportgala) einzubringen.

Leitsatz 7 – Öffentlichkeitsarbeit:

Wir informieren die Öffentlichkeit regelmäßig über unsere Aktivitäten, Erfolge und Ereignisse und präsentieren ein umfassendes Bild unserer Arbeit.

Leitsatz 8 – Innovation:

Wir nutzen die Kompetenz außerschulischer Experten und ausgewiesener Fachdidaktiker für eine permanente Unterrichtsverbesserung (Teilnahme an jährlichen überregionalen Fortbildungen) und wollen den aktuellen Anforderungen durch unsere Lehrpläne durchgehend gerecht werden.

1.2. Umfeld der Schule

Das Johannes-Kepler-Gymnasium ist eine Schule des Standorttyps II, d.h. die Schülerschaft hat einen erhöhten Anteil von Kindern mit Migrationshintergrund. Ansonsten befindet sich das Gymnasium in einem ländlich–kleinstädtischen Umfeld, das kaum Besonderheiten aufweist. Die Stadt definiert sich als Mittelzentrum und Schulstadt, d.h., dass alle gängigen Schulformen angeboten werden. Außerdem hat die Schule ein sehr großes Einzugsgebiet. Dies führt dazu, dass die Schule eine erhebliche Zahl von Haupt- und Realschüler/innen in die gymnasiale Oberstufe aufnimmt – in der Regel drei Klassen -, deren fachliche und methodische Voraussetzungen sich von denen der grundständigen Schüler/innen unterscheiden, so dass es notwendig ist, in der Einführungsphase die unterschiedlichen Eingangsvoraussetzungen fachlich zu berücksichtigen.

1.3. Sportstätten der Schule

Das Johannes-Kepler-Gymnasium Ibbenbüren nutzt Sportstätten im gesamten Umfeld der Stadt Ibbenbüren (vgl. Sportplan Sekundarstufe II im Anhang).

Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Dreifachsporthalle seit dem 2. Halbjahr 2014/15 inklusive Kletterwand
- Schuleigene Einfachsporthalle
- Multifunktionsraum in der neuen Sporthalle
- Gemeinsame Nutzung einer Dreifachhalle (schulnah) mit der Gesamtschule
- Sportplatz (Asche) mit 4 Laufbahnen, 2 Sprunggruben sowie 1 Hochsprunganlage, 2 Kugelstoßanlagen,

Im weiteren Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Holsterkampbades (Hallenbad) (montags und freitags 1. Stunde, mittwochs 6./7. Stunde, freitags 6./7. Stunde.)
- Kooperation mit dem örtlichen Leichtathletikverein –Nutzungsmöglichkeit der Tartananlage und der Sprunganlagen und Geräte in Ibbenbüren Schierloh
- Kleines Waldgelände inklusive Aaseeflächen (Ausdauerschulung) im unmittelbaren Umfeld der Schule
- Kooperation mit dem Fitnesscenter „Vitamin D“ in Ibbenbüren Laggenbeck

1.4. Unterrichtsangebot der Schule

Der Sportunterricht wird in allen Klassenstufen auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt, das Johannes-Kepler-Gymnasium unterrichtet im sogenannten 60-Minuten Modell in der Sekundarstufe I und II. Ausnahme: Der Sportunterricht in der Sekundarstufe II wird im 90 Minuten Modell unterrichtet und findet ausschließlich nachmittags statt (siehe Sportplan Sekundarstufe II:

http://www.keplergymnasium.de/index/unterricht/sport//p_data/2015-16_1-hj-sportplan-2.quartal.pdf, entnommen am 15.11.2015)

Regelunterricht der Klassen 5 + 6: 180 Minuten

Regelunterricht der Klassen 7 - 9: 120 Minuten

Einführungsphase der GOST: 135 Minuten

Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 135 Minuten

Das Johannes-Kepler-Gymnasium hat am Modellversuch des Landes NRW Sport als 4. Abiturfach teilgenommen und bietet unter unterschiedlich pädagogischen Perspektiven und in unterschiedlichen Bewegungsfeldern Sport als 4. Abiturfach an. (siehe: *Arbeitsplan Sport als 4. Abiturfach*)

1.5. Fachspezifische Ziele und Schwerpunkte der Fachgruppenarbeit

Leitsatz des Faches Sport am Johannes-Kepler-Gymnasium

- Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Johannes-Kepler Gymnasiums drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Das Fach Sport fördert die Urteils- und Handlungsfähigkeit unserer Schülerinnen und Schüler hin zu verantwortlichen und aktiven Mitgliedern einer an Nachhaltigkeit orientierten demokratischen Gesellschaft. Sie fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie
 - in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren
 - sich als selbstwirksam erfahren,
 - sich 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.

2. Leistungsbewertung im Fach Sport allgemein

Die Leistungsbewertung im Sportunterricht ist grundsätzlich einem pädagogischen Leistungsbegriff verpflichtet. Die Fachkonferenz Sport des Städtischen Johannes-Kepler-Gymnasium gibt auf der Basis der Kernlehrpläne hierfür einen Rahmen vor, den die Kolleginnen und Kollegen situativ gemäß ihrer pädagogischen Freiheit und Verantwortung ausfüllen. Leistungsbewertungen und Noten geben den Schülerinnen und Schülern Rückmeldung darüber, in welchem Maße sie gesetzte Ziele erreicht und was sie dazu beigetragen haben, um sie zu erreichen. Dies setzt voraus, dass die Ziele bekannt und die Kriterien und Maßstäbe transparent sind und altersangemessen verdeutlicht werden. Leistungsbewertungen sind Teil eines kontinuierlichen fortdauernden

Unterrichtsverlaufs. Alle im Unterricht erbrachten oder auch nicht erbrachten Leistungen werden bewertet. An erster Stelle stehen der Lernfortschritt und die Anstrengungsbereitschaft. Inhaltlich orientiert sich die Bewertung an den Kompetenzerwartungen. Neben der ergebnisbezogenen Leistungsnote werden auch die unterrichtlichen (prozessorientierten) Aktivitäten der Schülerinnen und Schüler herangezogen. Daraus folgt, dass im Gegensatz zu den anderen Fächern des Fächerkanons der Sekundarstufe I und II im Sportunterricht motorische Prozesse im Mittelpunkt der Unterrichtsgestaltung stehen. Aus der Auseinandersetzung mit sportlichen Handlungssituationen und daraus resultierenden Erfahrungen ergeben sich vielfältige, komplexe Lernziele, die sowohl in punktuellen als auch in unterrichtsbegleitenden Lernerfolgskontrollen überprüft werden. Die Beschlüsse der Fachkonferenz gehen von den in den Kernlernplänen Sport festgelegten Regelungen aus und sollen die Vergleichbarkeit der Anforderungen sicherstellen. Grundsätze und Formen der Lernerfolgsüberprüfung werden in Kapitel 3 der Kernlehrpläne Sport Sekundarstufe I und II behandelt. Die Fachkonferenz Sport des Städtischen Johannes – Kepler -Gymnasium setzt diese Grundsätze nach einheitlichen Kriterien um. Beschlüsse dazu beziehen sich auf den breiten Einsatz von Formen der Lernerfolgskontrolle, das Offenlegen und die Diskussion der Bewertungsmaßstäbe, im Rahmen der P4 Kurse gemeinsam gestellte Klausurthemen und ebenso in diesem Rahmen die beispielhafte Besprechung korrigierter Arbeiten. (<http://www.schulsport-nrw.de/index.php?id=98>, entnommen am 02.11.2015)

Die konkreten Lernziele innerhalb der einzelnen Unterrichtsvorhaben orientieren sich an den im Kernlehrplan aufgefächerten Kompetenzbereichen und Kompetenzerwartungen, die fachliche Anforderungen und zu erwartenden Lernergebnissen systematisch beschreiben. (Vergleiche Schulinterne Lernpläne Sekundarstufe I und II des Städtischen Johannes – Kepler –Gymnasium, Ibbenbüren)

3. Grundsätze der Leistungsbeurteilung

Die rechtlich verbindlichen Grundsätze der Leistungsbewertung sind im Schulgesetz (§ 48 SchulG NRW) sowie in der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I (§ 6 APO – SI) und II (§ 3 APO-GOSt) dargestellt. Da im Pflichtunterricht des Faches Sport in der Sekundarstufe I keine Klassenarbeiten und Lernstandserhebungen vorgesehen sind, erfolgt die Leistungsbewertung ausschließlich im Beurteilungsbereich "Sonstige Leistungen im Unterricht". Dabei bezieht sich die Leistungsbewertung insgesamt auf die im unterrichtlichen Zusammenhang erworbenen Handlungskompetenzen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung (Kernlehrplan Sport. Sek.I Gymnasium. S. 37 ff).

Die Leistungsbewertung erfolgt in Abhängigkeit von den Schwerpunktsetzungen in den einzelnen Unterrichtsvorhaben (Verknüpfung von pädagogischen Perspektiven und Inhaltsbereichen) und kann verschiedene Leistungsdimensionen umfassen.

Welche Leistungsdimensionen in welcher Weise Berücksichtigung finden, hängt unter anderem von den Unterrichtsinhalten der pädagogischen Akzentuierung (pädagogische Perspektiven), den angestrebten Zielen des Unterrichts, vom durchgeführten Unterricht und von der jeweiligen Lerngruppe ab (vgl. Kernlehrplan Sport Sek. I Gymnasium, S.37ff; vgl. Kernlehrplan Sport. Sek. II Gymnasium, S. 56ff.).

Im Hinblick auf die Sportnote ist eine globale Festschreibung der Gewichtung der Leistungsdimensionen daher weder angestrebt noch möglich.

4. Kriterien der Leistungsbeurteilung

Wie in den anderen Fächern ohne Klassenarbeiten bzw. Klausuren erfolgen die Lernerfolgsüberprüfungen im Beurteilungsbereich „Sonstige Mitarbeit“. Sie beziehen sich auf alle im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten Leistungen, also nicht nur auf das erreichte Bewegungskönnen (sportmotorische Leistungen), sondern auch auf die im Zusammenhang mit dem Unterricht erworbenen fachlichen Kenntnisse, methodischen Fähigkeiten und Lernerfolge in den fachspezifisch wichtigen Schlüsselqualifikationen. Sie geben Auskunft über den Grad der erreichten Kompetenz hinsichtlich angestrebter Leistungsstandards und damit auch über die Wirksamkeit des Unterrichts. Ihre Ergebnisse sind Grundlage der weiteren Unterrichtsgestaltung mit Blick auf eine Lernprogression, die sich nicht nur an den Pädagogischen Perspektiven und Unterrichtsgegenständen, sondern auch an den Schülerinnen und Schülern orientiert.

Die Besonderheit des Sports liegt darin, dass meist eine unmittelbare Rückmeldung über das Ergebnis einer sportmotorischen Aufgabe erfolgen kann. Leistungen im Sport können einerseits das Selbstbewusstsein fördern, andererseits können Misserfolge aber auch das Selbstwertgefühl beeinträchtigen. Die Gestaltung von Leistungssituationen, insbesondere von direkten Überprüfungsformen, ist somit im Sport eine sensible und verantwortungsvolle Aufgabe. Deshalb schreibt der Lehrplan Sport vor, dass **„die Erfahrung des individuellen Leistungsfortschritts pädagogisch Vorrang vor dem Vergleich mit anderen“ hat** (LP Sport S I NRW). Die Fachschaft Sport des Städtischen Johannes – Kepler –Gymnasium, Ibbenbüren hat sich auf dieser Basis auf vier Kriterien verständigt, die bei der Beurteilung im Bereich der sonstigen Mitarbeit in der Sekundarstufe I Berücksichtigung finden. Diese Kriterien ergänzen die in den einzelnen Unterrichtsvorhaben ausgewiesenen Kompetenzen. Es sind Kooperation, Initiative, Konstruktivität und Aktivität. Diese Kriterien sind folgendermaßen ausdifferenziert:

Vgl.: (<http://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/lehrplannavigator-s-i/gymnasium-g8/sport-g8/kernlehrplan-sport/lernerfolgsueberpruefung-und-leistungsbewertung/lernerfolgsueberpruefung-und-leistungsbewertung.html>) (entnommen am 02.11.2015)

Kooperation:

Die Schülerin bzw. der Schüler hat

- zuhören können
- Kritik oder Hilfe annehmen und angemessen reagieren können
- angemessen kritisieren und helfen können
- unvoreingenommen mit den Mitschülerinnen und Mitschülern umgehen können (gemeinsam arbeiten und spielen)
- Regeln aufstellen, akzeptieren und einhalten können
- selbstständig (ohne Aufforderung) beim Geräteauf- und Abbau geholfen
- eigene Interessen zurückgestellt, wenn es die Ziele der Gruppe, der Klasse oder der Stunde erfordern

- sich partnerschaftlich verhalten und war fair im Umgang mit anderen

Initiative:

Die Schülerin bzw. der Schüler hat

- durch Beiträge (Analyse, Planung, Gestaltung) den Unterricht mitentwickelt und positiv gestaltet
- durch ihr/sein Engagement den Unterricht positiv beeinflusst
- eigene Lösungsvorschläge eingebracht
- ihre/seine sportlichen Fähigkeiten aktiv in den Dienst des Unterrichts gestellt

Konstruktivität:

Die Schülerin bzw. der Schüler hat

- sich auf das Thema (die Unterrichtssituation) eingelassen und zum Erreichen des Unterrichtsziels beigetragen
- Ideen eingebracht (Eigeninitiative), Aufgaben erledigt, Ergebnisse kontrolliert und eingeschätzt
- Probleme erkannt, und konnte Strategien zur Bewältigung entwickeln und danach handeln
- Aufgaben angenommen, übernommen und zielgerichtet an deren Umsetzung gearbeitet

Aktivität:

Die Schülerin bzw. der Schüler hat

- ihr/sein Bewegungskönnen gezeigt und aufgabengerecht in Handlungssituationen eingesetzt
- sich am Unterrichtsgespräch beteiligt, Kenntnisse oder Einsichten eingebracht, eigene Erfahrungen zur Diskussion gestellt, etc.
- sich (auch bei ungeliebten Aufgaben) angestrengt
- sich aktiv mit Problemstellungen auseinandergesetzt
- eigene Schwierigkeiten erkannt und sich Unterstützung geholt, ohne frühzeitig aufzugeben

Vor diesem Hintergrund können die folgenden Inhalte der Leistungsbewertung im Fach Sport verstanden werden.

4.1 Inhalte der Leistungsbewertung im Fach Sport

Im Fach Sport bringen Schülerinnen und Schüler in der **Qualifikationsphase** ihre

Leistungen in folgender Weise ein:

4.1.1 Körperlich - sportliche Leistungsfähigkeit und fachspezifisches Wissen

- Sportmotorischer Lern- und Leistungsfortschritt - messbare Leistungen (in den Bereichen Spielfähigkeit, Bewegungsqualität, Koordination, Kreativität, Vielseitigkeit, Ausdauer, Kondition, Kraft, Schnelligkeit)
- Körper- und sportbezogenes Wissen in mündlicher und ggf. schriftlicher Form

in schriftlicher Form durch:

- ggf. Klausuren (falls Sport als schriftliches Fach gewählt wurde)
- Abgabe von Lernergebnissen in schriftlich fixierter Form (z.B. Lernportfolios, Spielemappen, Partner-/Gruppenbeobachtungsbögen, Regelwerke, Protokolle, o.ä.)

Schriftliche Lernerfolgskontrollen können auch für SuS, die Sport nicht als schriftliches Fach gewählt haben, ergänzend eingesetzt werden.

in mündlicher Form durch: individuelle Beiträge

- v.a. durch die mündliche Beteiligung im Unterrichtsgespräch
- - durch Präsentationen und Referate

4.1.2 durch selbstständiges Arbeiten in Form von:

- Planung und Anleitung von einzelnen Stundenphasen (z.B. Aufwärmprogramm)
- Eigenständiger Lösung von Bewegungsaufgaben
- Selbstständiger Entwicklung eigener Stationen für ein Stationenlernen

4.1.3 durch kooperatives Arbeiten

- Einsatz und Mitarbeit in Partner- und Gruppenarbeitsphasen (z. B. Erstellen von Gruppenchoreographien, Erarbeitung von Spielzügen, Entwicklung eigener Spiele, etc.)
- Einhalten von Regeln in Sportspielen, Fairness

- Geben von Hilfe- und Sicherheitsstellungen
- Bereitschaft zur Rollenübernahme (z. Bsp. Coach, Schiedsrichter, Beobachter, Gesprächsleiter)

4.1.4 durch individuellen Leistungsfortschritt und individuelle Leistung

- kontinuierliche Anstrengungsbereitschaft
- individueller Fortschritt
- Umsetzen von Aufgabenstellungen und Engagement in allen Bereichen des Unterrichts (z. B. Auf-/ Abbau, Aufwärmen, Mannschaftsbildung)
- Selbstständige Nutzung zusätzlicher Übungsmöglichkeiten

4.2 Vereinbarungen zur Bewertung

Grundlegend werden im Sportunterricht (ggf. neben Klausuren) zwei Formen der Lernerfolgsüberprüfung unterschieden:

4.2.1 die „Punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen“

4.2.2 die „Unterrichtsbegleitenden und prozessorientierten Lernerfolgsüberprüfungen“

4.2.1 Punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen

Punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen haben ihren besonderen Sinn darin, dass alle Schülerinnen und Schüler nach einem bestimmten Unterrichtsabschnitt vor die gleiche Anforderung gestellt werden. Sie ermöglichen eine objektive Rückmeldung über Lernerfolge, indem sie Ergebnisse erfassen, die von allen Schülerinnen und Schülern unter vergleichbaren Bedingungen erbracht werden. Es werden sowohl motorische Leistungen als auch weitere fachlichen Leistungen (fachliche Kenntnisse, fachspezifische Schlüsselqualifikationen wie Kooperationsbereitschaft, Leistungsbereitschaft) überprüft. Die fachlichen Kenntnisse können auch in schriftlicher Form überprüft werden.

Beispiele für Punktuelle Lernerfolgsüberprüfungen sind:

- **Demonstration** (Demonstration einer Bewegungsaufgabe; Spielbeobachtung und Demonstration einzelner Wettkampfsituationen; Präsentation einer Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit ...)

- **Motorische Tests**
- **Beiträge zur Unterrichtsgestaltung** (Aufwärmprogramme, Referate,)
- **Selbstbewertungsprozesse** z. B. durch Beurteilungsbögen (Voraussetzung: transparente Bewertungsmaßstäbe)
- **Fremdbewertungsprozesse** der Schüler untereinander z. B. durch
- Beurteilungsbögen (Voraussetzung: transparente Bewertungsmaßstäbe)
- **Schriftliche Übungen und Hausaufgaben**

4.2.2 Unterrichtsbegleitende und prozessorientierte Lernerfolgsüberprüfungen

Unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen ermöglichen es, Lernleistungen von Schülerinnen und Schülern in ihrer Stetigkeit sowie in vielfältigen Situationen einzuschätzen. Insbesondere Lernerfolge im Bereich der Methoden- und Sozialkompetenz können während des Unterrichtsverlaufs sehr viel deutlicher zum Ausdruck kommen als bei punktuellen Überprüfungen. Verhaltensweisen, welche unterrichtsbegleitend beobachtet werden können, sind z.B.

- Bewegungskönnen
- Einlassen auf Aufgabenstellungen und Unterrichtssituationen
- Beiträge zu Analyse, Planung und Gestaltung von Unterrichtsphasen und -situationen
- Beteiligung am Unterrichtsgespräch
- Mitarbeit in Projekten

Aus „Punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen“ und „Unterrichtsbegleitenden Lernerfolgsüberprüfungen“ zu den vier genannten Inhalten der Leistungsbewertung

errechnet sich die Gesamtnote für die sonstige Mitarbeit am Ende des Halbjahres. Hierbei steht der Punkt 4.1.1 „Körperlich - sportliche Leistungsfähigkeit und fachspezifisches Wissen“ im Vordergrund und soll ca. 50% der Note für sonstige Mitarbeit ausmachen. Die restlichen 50% ergeben sich aus Ergebnissen in den Bereichen 4.1.2 bis 4.1.4 .

Bei SuS, die Sport als schriftliches Fach gewählt haben, fließen die Gesamtklausurnote und die Gesamtnote der sonstigen Mitarbeit zu je 50 % in die Gesamtnote am Ende eines Halbjahres ein.

Gemäß dem Kernlehrplan der Sekundarstufe II kann pro Halbjahr eine Klausur durch eine Fachpraktische Prüfung ersetzt werden, sofern in dem jeweiligen Halbjahr nicht schon eine Klausur durch eine Facharbeit ersetzt wird. Sie umfasst theoretische und praktische Anteile zu gleichen Teilen. Dabei muss sie sich auf im Unterricht behandelte Gegenstände beziehen.

Auf der Basis der im Kapitel 4 verdeutlichten Kriterien und der im Anhang befindlichen konkretisierten Unterrichtsvorhaben, hat sich die Fachkonferenz auf folgende verbindliche Leistungsanforderungen am Ende der Qualifikationsphase geeinigt:

5. Profilbildung, Unterrichtsvorhaben und Leistungsbewertung

Auf den folgenden Seiten werden die einzelnen Profile der Qualifikationsphase ausdifferenziert. Dabei steht jeweils am Anfang die Übersicht über die Kurshalbjahre inklusive der Titel der Unterrichtsvorhaben, der profilbildenden Bewegungsfelder und Inhaltsfelder sowie der bewegungsfeldspezifischen und bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen der einzelnen Unterrichtsvorhaben.

Ist Bewegungsfeld 7 (Spielen in und mit Regelstrukturen) profilbildend, so wird auf dem rot hinterlegten Feld die jeweilige schwerpunktmäßig zu thematisierende Mannschafts- bzw. Partnersportart ausgewiesen.

Im Anschluss an das jeweilige Kursprofil werden die einzelnen Unterrichtsvorhaben detailliert beschrieben.

Grundkursprofile

BF Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)

BF Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7) - Schwerpunkt Fußball

Kursprofil - Sequenzbildung¹

BF <u>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)</u>	IF <u>Leistung (d)</u>
BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ d/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ²	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	1.1	SK f2 MK f1 UK f1	Koordinationstraining im Fußball		
	3.1	MK d1 UK d1 SK a3	Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Hochsprungs	x	x
	7.3 7.2	MK e1 SK e1	Hallenfußball oder Futsal? - Einführung einer neuen Spielform unter besonderer Berücksichtigung der erforderlichen technischen Fertigkeiten	x	x
Q1.2	3.3 4.2	MK d2 SK d2	Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens	x	

¹ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

² w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

	3.1 3.2	SK a1 UK a1	Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens	x	x
	7.1	MK e2 SK e1	Taktische Maßnahmen der Offensive und Defensive im Fußball	x	x
	7.4 7.2	UK e1 SK e1 MK e1	Vom Parteiball zum Flagfootball – Eine Spielorientierte Einführung in das Sportspiel		
Q2.1	3.1 3.5	SK d1 SK a3	Vom Schlagwurf zum Speerwurf	x	x
	7.3	SK e1 UK a1	Entwicklung, Erprobung und Beurteilung einer Spielreihe zum Fußball	x	x
	5.4	SK b1 UB b1	Einführung in turnerische Grundelemente an verschiedenen Geräten		
Q2.2	5.4	MK c1 SK c1 SK c2 UK c1	Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Topropeklettern		
	7.1 7.3	MK e2 SK e1	Entwicklung, Durchführung und Bewertung von spielnahen Übungsformen sowie Wettkampfformen des Fußballs	x	x
	3.3	UK d1 SK f1 UK f1	Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport	x	

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV:

Koordinationstraining im Fußball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.2: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Koordinationstraining im Fußball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Fokussierung zunächst auf verschiedene Koordinationstests: Überprüfung hinsichtlich der trainierten koordinativen Fähigkeiten und Einhaltung der Testgütekriterien • Erprobung und Beurteilung verschiedener Trainingsinhalte aus dem Koordinationstraining im Fußball hinsichtlich ihrer Effektivität Entwicklung und Durchführung von Trainingseinheiten zur Verbesserung der Koordination 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Untersuchung Koordinationstests, Erprobung Koordinationsübungen aus dem Fußball, Entwicklung von Trainingseinheiten) • kurze Unterrichtsgespräche (Beurteilung der Tests, Beurteilung der Übungen, Reflexion) • Team-Teaching (Durchführung von Trainingseinheiten) 	<ul style="list-style-type: none"> • Definitionen von Koordination • koordinative Fähigkeiten • Testgütekriterien (Objektivität, Validität, Reliabilität) 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinationstests: KOKO-Test, Kasten-Bumerang-Test, Test der Feuerwehr, KGKT) • Koordinationübungen aus dem Fußballtraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Beurteilung der verschiedenen Tests • Qualität der Beurteilung der Koordinationsübungen • Qualität der entwickelten Trainingseinheit zur Verbesserung der Koordination <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • schriftl. Übung/Klausur • KOKO-Test

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:8	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Hochsprungs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Hochsprungs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erlernen zunächst den Schersprung und lernen alte Techniken (Straddle/Wälzer) kennen • SuS gliedern die Bewegung des Flops durch die Phasenstruktur nach Meinel/Göhner und trainieren die einzelnen Phasen anhand verschiedener Übungsformen <p>Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und –analyse im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen Funktionsphasen (Anlauf, Absprung, Landung) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen <p>Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse nach Meinel • Funktionsanalyse nach Göhner • Fehleranalyse und – korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Schersprung • Straddle • Wälzer • Fosbury-Flop 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der erreichten Höhe beim Hochsprung • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Hallenfußball oder Futsal? - Einführung einer neuen Spielform unter besonderer Berücksichtigung der erforderlichen technischen Fertigkeiten

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Hallenfußball oder Futsal? - Einführung einer neuen Spielform unter besonderer Berücksichtigung der erforderlichen technischen Fertigkeiten“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Techniktraining mit dem Futsalball • Beurteilung des Spielgeräts gegenüber dem klassischen Fußball • Erarbeitung eines für die Gruppe angemessenen Regelwerks in Anlehnung an die offiziellen Futsalregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenbetrieb (Techniktaining) • kurze Unterrichtsgespräche • Referat zur Studie „Futsal in der Schule – Eine Chance für den Fußball?“ 	<ul style="list-style-type: none"> • offizielle Futsalregeln • Regelkategorisierung nach Digel • Studie „Futsal in der Schule – Eine Chance für den Fußball?“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Techniktraining (Passen, Schießen, Ballan- und –mitnahme, Finten) • Erprobung verschiedener Regelvariationen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der technischen Fertigkeiten im Futsal <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel nach futsalähnlichen Regeln: Bewertung des Regelverständnisses und der spielspezifischen technischen Fertigkeiten • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:14	Laufende Nummer des UV:4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV:

Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele • Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden • kurze Unterrichtsgespräche 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des Herzkreislaufsystems • Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • Herzfrequenzmessung und Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • Belastungsparameter (Trainingsdauer, -intensität, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (s. Theorie) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wahlweise 12- oder 30-Minuten Lauf • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:2	Laufende Nummer des UV:5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 100m Sprint), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS führen einen leichtathletischen Dreikampf in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen durch • Die SuS erproben und beurteilen verschiedene Methoden des motorischen Lernens, insbesondere die des differentiellen Trainings <p>Die SuS beurteilen das Training leichtathletischer Disziplinen und damit die unterschiedliche (Trainings-) Methodik im Hinblick auf eine individuelle Leistungssteigerung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des motorischen Lernens: Teillernmethoden, ganzheitliche Methoden, Methodische Übungsreihen, etc. • Methode des differentiellen Lernens als konträre Vermittlungs- und Trainingsmethode • Schüler als Experten – Schülergruppe stellt differentielles Training mithilfe eines Impulsreferats vor und führt durch die Einheit <p>Training an Stationen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenstruktur Kugelstoßen, Sprint, Weitsprung • Differentielles Lernen nach Beckmann und Schöllhorn • Teillernmethode und ganzheitliche Methoden 	<ul style="list-style-type: none"> • 100m Sprint • Weitsprung • Kugelstoßen • Training mittels verschiedener Methoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Qualität der Impulsreferate • Qualität der Durchführung von Trainingseinheiten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletischer Dreikampf (Raster und Notenpunkte auf der Homepage zu finden) • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Taktische Maßnahmen der Offensive und Defensive im Fußball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Taktische Maßnahmen der Offensive und Defensive im Fußball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung von Kriterien einer gelungenen Trainingseinheit in Abhängigkeit von der Zielgruppe • Schülergruppen bereiten jeweils eine Trainingseinheit zu Individual- und Gruppentaktik der Offensive bzw. Defensive vor und führen diese mit der gesamten Gruppe durch. • Material stellt Lehrkraft (z.B. Bisanz/Gerisch: Kondition, Technik, Taktik & Coaching Beurteilung der Trainingseinheiten nach den vorab entwickelten Kriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Vorbereitung der Trainingseinheiten) • Team-Teaching (Durchführung der Einheiten) • kurze Reflektionsgespräche (Entwicklung der Kriterien und Beurteilung der Einheiten) 	<ul style="list-style-type: none"> • individualtaktische Maßnahmen: Spiel ohne Ball, Erkennen von Freiräumen, Zweikampfverhalten in Angriff und Abwehr • Gruppentaktik: grundlegende Angriffs- / Abwehrstrategien (Doppelpass, Kreuzen, Hinterlaufen, ballorientierte Verteidigung/Verschiebung zum Ball) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erlernen und Anwenden der taktischen Maßnahmen in verschiedenen Spiel- und Übungsformen • Durchführung von Trainingseinheiten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung der taktischen Fähigkeiten • Anstrengungsbereitschaft in den Trainingseinheiten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der taktischen Fähigkeiten im Spiel • Vorbereitung und Durchführung der Trainingseinheit

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:3	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV:

Vom Parteiball zum Flagfootball – Eine Spielorientierte Einführung in das Sportspiel

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Parteiball zum Flagfootball – Eine Spielorientierte Einführung in das Sportspiel“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Anhand einer Spielreihe wird das neue Sportspiel eingeführt. • Wichtige technische Fertigkeiten werden darüber hinaus mittels Übungsreihen vertieft. • Das Regelwerk wird schrittweise dem des Flagfootball angenähert. • Die Rollen (Quarterback, Running Back, Receiver) werden nach und nach eingeführt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielreihe • Übungsreihe 	<ul style="list-style-type: none"> • Methode Spielreihe • Regelwerk Flag-Football • Variationen von Regeln und deren Auswirkungen auf das Spiel • taktische Spielzüge im Football 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielreihe (Parteiball, Quarterback-Ball, Quarterback-Flagfootball, etc.) • Entwicklung taktischer Spielzüge 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Fertigkeiten (Werfen/Fangen) • taktische Fähigkeiten (Umsetzung taktischer Spielzüge) • Regelverständnis <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielfähigkeit im Zielspiel (Technik, Taktik) • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:2	Laufende Nummer des UV:8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Vom Schlagwurf zum Speerwurf

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.5: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten
- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Schlagwurf zum Speerwurf“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • zunächst Wiederholung des Schlagwurfs und Ableitung der Bewegungsmerkmale • Erweiterung um den 3-Schritt-Rhythmus, später 5-Schritt-Rhythmus • Phaseneinteilung des Speerwurfs und Ableitung von Grundätzen/Kriterien für einen gelungenen Speerwurf • Selbst- und Fremdbeobachtung und -korrektur mittels Beobachtungsbögen und Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Wiederholung Schlagwurf) • methodische Übungsreihe (Einführung Speerwurf) • Bewegungsanalyse mittels Beobachtungsbogen und Videoaufnahme • Selbst- und Fremdbeobachtung und Fehlerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse mittels Phaseneinteilung nach Meinel/Göhner • Bewegungsbeschreibung Speerwurf • Fehlerkorrektur • Entwicklung von Beobachtungsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung Schlagwurf an Stationen • methodische Übungsreihe Speerwurf (Steckwürfe, Zielwürfe, etc.) • Bewegungsanalyse durch Partner und durch Videoaufzeichnung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung • Auswertung der Videoaufzeichnungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speerwurf auf Technik • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:7	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<i>Inhaltsfelder</i> Kooperation und Konkurrenz (e)		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Entwicklung, Erprobung und Beurteilung einer Spielreihe zum Fußball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Entwicklung, Erprobung und Beurteilung einer Spielreihe zum Fußball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • im Fokus steht die zielgruppenorientierte Vermittlung von Sportspielen. • Zunächst erproben die SuS etablierte Spielreihenspiele und leiten Kriterien für ein sinnvolles Spiel ab. • Danach entwickeln und erproben sie selbst kleine fußballähnliche Spiele und beurteilen diese hinsichtlich der zuvor entwickelten Kriterien.. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Entwicklung kleiner fußballähnlicher Spiele) • kurze Unterrichtsgespräche (Beurteilung der Spiele) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vermittlung von Sportspielen, insbes. Konzept der Spielreihe 	<ul style="list-style-type: none"> • kleine, fußballähnliche Spiele zur Vermittlung des Sportspiels Fußball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der entwickelten Spiele • Einsatzbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)	

Thema des UV:

Einführung in turnerische Grundelemente an verschiedenen Geräten

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Einführung in turnerische Grundelemente an verschiedenen Geräten“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS bereiten sich auf eine (fiktive) Aufnahmeprüfung an einer Universität im Bereich Turnen vor. • Die SuS leiten Ausführungs- und Gestaltungskriterien aus den Anforderungen der Aufnahmetests im der Universitäten ab. • Die SuS werden in das Helfen und Sichern eingeführt und wenden dies gegenseitig an. 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernen mithilfe von Videopräsentationen (z.B. der DSHS Köln) • Lernen an Stationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungs- und Ausführungskriterien im Turnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bodenturnen (Rolle vw. und rw., Handstand, Radschlag, etc.) • Reckturnen (Aufschwung, Umschwung, Unterschwing) • Sprung (Hocke, Handstützüberschlag) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Qualität der Hilfestellung • Turnerische Ausführungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngestaltungen sportlichen Handelns (c) Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)	

Thema des UV:

Hoch hinaus – Vom Bouldern zum Topropeklettern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngestaltungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Hoch hinaus – Vom Bouldern zum Topropeklettern_“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • zunächst Gewöhnung an die Wand durch Bouldern und Boulderspiele • Imitation des Toprope-Sicherns am Boden • Sichern/Klettern in Absprunghöhe • Toprope klettern und sichern 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Boulderspiele) • Arbeit in Kleingruppen (Klettern und Sichern am Boden / in Absprunghöhe / an der gesamten Wand: Kletterer + 2 Sichernde) 	<ul style="list-style-type: none"> • Klettertechniken (Froschtechnik, etc.) • Sicherungstechnik Toprope • Motive und Motivation (Definitionen, Bedürfnispyramide nach Maslow, Modelle von Reiss und Gabler) • Handlungssteuerung unter versch. psych. Einflüssen (insbesondere Angst) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bouldern und Boulderspiele • Klettertechnik • Toprope-Sicherung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Kenntnis der Sicherungstechnik (Knoten, Umgang mit Material, Partnercheck, etc.) • Einschätzung der eigenen Fähigkeiten • vertrauensvolles, verlässliches Miteinander mit der Seilschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:6	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Entwicklung, Durchführung und Bewertung von spielnahen Übungsformen sowie Wettkampfformen des Fußballs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Entwicklung, Durchführung und Bewertung von spielnahen Übungsformen sowie Wettkampfformen des Fußballs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung von spielnahen Übungsformen zur Schulung des taktischen Spielverhaltens • Durchführung der Übungsformen unter Anleitung der jeweiligen SuS • Beurteilung der Übungsformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Entwicklung der Übungsformen und Anleitung bei der Durchführung) • Unterrichtsgespräche zur Beurteilung der Übungsformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Individualtaktik, Gruppen- und Mannschaftstaktik in der Defensive und Offensive (siehe auch UV 6) • Variation von Spielbedingungen (Spielerzahl, Anzahl der Tore, Anzahl der Ballkontakte, etc.) und deren Auswirkungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zur Schulung des taktischen Spielverhaltens: Überzahl/Unterzahl, Spiel auf mehrere Tore, vorgegebene Anzahl an Ballkontakten, etc.) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • taktisch angemessenes Spielverhalten • Qualität der entwickelten Übungsformen • Qualität der Beurteilung der Übungsformen (in den Unterrichtsgesprächen) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der taktischen Spielfähigkeit in ausgewählten Übungsformen (nach Möglichkeit im Rahmen des UVs entwickelte Übungsformen) • ggf. Klausur

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:4	Laufende Nummer des UV:13
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV:

Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 1.2: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erprobung und Beurteilung von Formen der Ausdauerleistungsdiagnostik • SuS stellen Testverfahren in Impulsreferaten vor • Gesundheitliche Auswirkungen verschiedener Formen von Ausdauersport 	<ul style="list-style-type: none"> • Methoden der Leistungsdiagnostik 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test und 30-Minuten-Lauf • Distanzläufe • Step-Test • Conconi-Test • Laktat-Stufentest beim Laufen und Radfahren • Herzkreislaufsystem, Energiebereitstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test und 30-Minuten-Lauf • Distanzläufe • Step-Test • Conconi-Test 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Qualität der Impulsreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Ausdauerleistungsfähigkeit (5000m – Lauf) • ggf. Klausur

BF Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)

BF Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7) - Schwerpunkt Basketball

Kursprofil - Sequenzbildung³

BF <u>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)</u>	IF <u>Leistung (d)</u>
BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ d/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ⁴	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	7.1	SK d1 SK e2 MK e1 MK e2 UK d1 UK e1	Basics and fundamentals - Einführung in die Grundtechniken des Basketballs unter Einbeziehung der Prinzipien eines sinnvollen Aufwärmens und der Erarbeitung von Kontinuumsprinzipien	x	x
	1.1	SK f2 MK f1 UK f1	Koordinationstraining im Basketball		
	7.1 7.2 7.3	SK d1 SK e1 MK e1 MK e2 UK d1	Die Technik bestimmt die Taktik – Aus Individualtaktik wird Gruppentaktik – vom 1:1 zum 3:3	x	x

³ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

⁴ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

		UK e1			
	3.1	SK a3 MK d1 UK d1	Grundlagen der Bewegungsanalyse und –korrektur am Beispiel des Hochsprungs	x	x
	7.1	SK a1 SK e1 MK e2 MK f1 UK e1 UK d1	Erarbeitung eines differenzierten Regelverständnisses und –bewusstseins zur Entwicklung von Kompetenzen in der Gestaltung von Kooperation und Konkurrenzsituationen in selbstentwickelten kleinen Spielen und Anwendung auf das große Sportspiel Basketball	x	x
	3.3	MK d2 SK d2 SK f1 UK f1	Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens	x	
	7.2 7.5	SK d1 SK e1 MK d2 MK e2 UK e1 UKd1	Das Spiel 5:5 – Bearbeitung und Analyse von Defense- und Offensekonzeptionen im Basketball in Theorie und Praxis – dabei Positionen im modernen Basketball (von Steve Nash bis Dirk Nowitzki)	x	x
	3.2	SK a1 UK a1	Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens	x	x
	7.3	SK e1 SK c1 MK e2 MK b1 UK e1	Streetball vs. 5:5 – Abgrenzung von freizeitrelevanten Spielen zum großen Sportspiel erfahren und die unterschiedlichen Möglichkeiten einschätzen und beurteilen	x	x
	3.5 3.1	SK d1 SK a3	Vom Schlagwurf zum Speerwurf	x	x
	7.2 7.3	SK d2 SK e1 MK d1	Offense wins Games – Defense wins Championships – Verteidigung als zentrales Element im Basketball	x	x

		MK e1 UK d1 UK e1			
	3.3 1.2	SK f1 UK f1	Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport	x	
	7.1 7.4	SK e1 MK e1 MK e2 UK d1	Von der Gruppen- und Mannschaftstaktik zur Strategie im Basketball	x	x

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:3	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
Inhaltsfelder Leistung (d) Kooperation und Konkurrenz (e) aus		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV: Basics and fundamentals – Einführung in die Grundtechniken des Basketballs unter Einbeziehung der Prinzipien eines sinnvollen Aufwärmens und der Erarbeitung von Kontinuumsprinzipien

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können im Basketball grundl. Entscheidung- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Basics and fundamentals – Einführung in die Grundtechniken des Basketballs unter Einbeziehung der Prinzipien eines sinnvollen Aufwärmens und der Erarbeitung von Kontinuumsprinzipien“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Kontinuumsprinzipien kennen lernen und anwenden • Positionen im Basketball (1 bis 5) und ihre spezifischen technisch/taktischen Handlungsoptionen • Dribbel-, Korbleger- und Passvariationen im 1:0 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Stationenlernen (Dribbeln-Passen-Fangen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Fehleranalyse, • Fehlerkorrektur • Kontinuumsprinzipien 	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbeln • Passen • Fangen • Korbleger 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen. • Kriteriengestützte Überprüfung der Basketball-Basics <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV:

Koordinationstraining im Basketball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.2: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Koordinationstraining im Fußball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Fokussierung zunächst auf verschiedene Koordinationstests: Überprüfung hinsichtlich der trainierten koordinativen Fähigkeiten und Einhaltung der Testgütekriterien • Erprobung und Beurteilung verschiedener Trainingsinhalte aus dem Koordinationstraining im Basketball hinsichtlich ihrer Effektivität Entwicklung und Durchführung von Trainingseinheiten zur Verbesserung der Koordination 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Untersuchung Koordinationstests, Erprobung Koordinationsübungen aus dem Basketball, Entwicklung von Trainingseinheiten) • kurze Unterrichtsgespräche (Beurteilung der Tests, Beurteilung der Übungen, Reflexion) • Team-Teaching (Durchführung von Trainingseinheiten) 	<ul style="list-style-type: none"> • Definitionen von Koordination • koordinative Fähigkeiten • Testgütekriterien (Objektivität, Validität, Reliabilität) 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinationstests: KOKO-Test, Kasten-Bumerang-Test, Test der Feuerwehr, KGKT) • Koordinationübungen aus dem Fußballtraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Beurteilung der verschiedenen Tests • Qualität der Beurteilung der Koordinationsübungen • Qualität der entwickelten Trainingseinheit zur Verbesserung der Koordination <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • schriftl. Übung/Klausur • KOKO-Test

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:1, 7	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: *Die Technik bestimmt die Taktik – Aus Individualtaktik wird Gruppentaktik – vom 1:1 zum 3:3*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können im Basketball grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden
- GK BWK 7.3: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Die Technik bestimmt die Taktik – Aus Individualtaktik wird Gruppentaktik – vom 1:1 zum 3:3“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Antizipation und Reaktionsschnelligkeit • selbstständiges Erarbeiten von Blockoptionen • vom pic and roll zum pic and pop • vom Korbleger zum Sprungwurf • direkter und indirekter Block 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse • Gruppenarbeit bei „pick and roll“ und „pick and pop“ • Schüler helfen Schülern 	<ul style="list-style-type: none"> • Prinzipien der Blockoptionen • Umgang mit Taktikbrett 	<ul style="list-style-type: none"> • 1:1 • 3:3 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportmotorische Testverfahren am Beispiel 3:3 <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Partizipation an Gruppenprozessen • motorische Umsetzung von vorgegebenen Spielsituationen

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:10	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Hochsprungs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Hochsprungs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erlernen zunächst den Schersprung und lernen alte Techniken (Straddle/Wälzer) kennen • SuS gliedern die Bewegung des Flops durch die Phasenstruktur nach Meinel/Göhner und trainieren die einzelnen Phasen anhand verschiedener Übungsformen • Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und –analyse im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen Funktionsphasen (Anlauf, Absprung, Landung) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse nach Meinel • Funktionsanalyse nach Göhner • Fehleranalyse und – korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Schersprung • Straddle • Wälzer • Fosbury-Flop 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der erreichten Höhe beim Hochsprung • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: *Erarbeitung eines differenzierten Regelverständnisses und –bewusstseins zur Entwicklung von Kompetenzen in der Gestaltung von Kooperation und Konkurrenzsituationen in selbstentwickelten kleinen Spielen und Anwendung auf das große Sportspiel Basketball*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in kleinen Spielen grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erarbeitung eines differenzierten Regelverständnisses und –bewusstseins zur Entwicklung von Kompetenzen in der Gestaltung von Kooperation und Konkurrenzsituationen in selbstentwickelten kleinen Spielen und Anwendung auf das große Sportspiel Basketball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Regeln und Prinzipien kleiner Spiele • Taktik lernen und Regeln nutzen bzw. ausnutzen • Kreativität im Sport • Konkurrenz und Kooperation – Mit- und Gegenspieler 	<ul style="list-style-type: none"> • Prinzipien des motorischen Lernens • Regeln und Regelstrukturen nach Hagedorn 	<ul style="list-style-type: none"> • Definition von kleinen Spielen • Prinzipien von Regeln nach Hagedorn 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung unterschiedlicher kleiner spiele in die reale Praxis 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analyse von kleinen Spielen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur (P4)

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:14	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV:

Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele • Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden • kurze Unterrichtsgespräche 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des Herzkreislaufsystems • Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • Herzfrequenzmessung und Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • Belastungsparameter (Trainingsdauer, -intensität, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (s. Theorie) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wahlweise 12- oder 30-Minuten Lauf

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV:11	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: Das Spiel 5:5 – Bearbeitung und Analyse von Defense-und Offensekonzeptionen im Basketball in Theorie und Praxis – dabei Positionen im modernen Basketball (von Steve Nash bis Dirk Nowitzki Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.2:Die Schülerinnen und Schüler können im Basketball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.5: Die Schülerinnen und Schüler können Das Basketballspiel und seine Spielformen analysieren, variieren und durchführen
-

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.
- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Spiel 5:5 – Bearbeitung und Analyse von Defense- und Offensekonzeptionen im Basketball in Theorie und Praxis – dabei Positionen im modernen Basketball (von Steve Nash bis Dirk Nowitzki Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Physische und koordinative Anforderungsprofile im Basketball</i> • Angriffsoptionen gegen unterschiedliche Defense (man to man – Zone) • <i>Schule - Regionalliga – Bundesliga – NBA – von der Basis zur Perfektion</i> • <i>Scouting als Spielvorbereitung</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • Versch. Methoden zur Einführung von Mann-Mann-Prinzipien (von der Kreisliga bis zur BBL) • Erarbeitung von Angriffsoptionen im Vergleich von Landesliga bis zur BBL • Scouting als Prinzip von Spielanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Offense-Optionen nach Bauermann/Hagedorn • Bedeutung von Scouting für Erfolg im Basketball (Schmitz) 	<ul style="list-style-type: none"> • Untersch. Motorisches Anforderungspotential für die Positionen 1 bis 5 • Variation des Angriffs Mann-Mann bzw. Zonenverteidigung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Angriffsprinzipien gegen Mann-Mann- / Zonenverteidigung • Analyse/Scouting eines Basketball-Regionalliga Spiels (TV Ibbenbüren) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fachprüfung P4

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:4	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 100m Sprint), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS führen einen leichtathletischen Dreikampf in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen durch • Die SuS erproben und beurteilen verschiedene Methoden des motorischen Lernens, insbesondere die des differentiellen Trainings <p>Die SuS beurteilen das Training leichtathletischer Disziplinen und damit die unterschiedliche (Trainings-) Methodik im Hinblick auf eine individuelle Leistungssteigerung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des motorischen Lernens: Teillernmethoden, ganzheitliche Methoden, Methodische Übungsreihen, etc. • Methode des differentiellen Lernens als konträre Vermittlungs- und Trainingsmethode • Schüler als Experten – Schülergruppe stellt differentielles Training mithilfe eines Impulsreferats vor und führt durch die Einheit <p style="text-align: center;">Training an Stationen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenstruktur Kugelstoßen, Sprint, Weitsprung • Differentielles Lernen nach Beckmann und Schöllhorn • Teillernmethode und ganzheitliche Methoden 	<ul style="list-style-type: none"> • 100m Sprint • Weitsprung • Kugelstoßen • Training mittels verschiedener Methoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Qualität der Impulsreferate • Qualität der Durchführung von Trainingseinheiten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletischer Dreikampf (Raster und Notenpunkte auf der Homepage zu finden)

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indica, Korbball, Prellball, Rugby, Schlagball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV:

Streetball vs. 5:5 – Abgrenzung von freizeitrelevanten Spielen zum großen Sportspiel erfahren und die unterschiedlichen Möglichkeiten einschätzen und beurteilen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Streetball vs. 5:5 – Abgrenzung von freizeitrelevanten Spielen zum großen Sportspiel erfahren und die unterschiedlichen Möglichkeiten einschätzen und beurteilen

“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Streetball als Sportspielvariante • Taktische Elemente von Streetball im Spiel 5:5 • Spaß und Freude vs. Leistung • Musik als Motivation im Basketball 	<ul style="list-style-type: none"> • Partner- und Gruppenbezogene Arbeit • Entwicklung von Verfahren und Strategien für ein alternatives Spiel • Teamteaching 	<ul style="list-style-type: none"> • Referate zur Entstehung und Weiterentwicklung des Streetballspiels, z.B. Vergleich Sportspiel Basketball-Streetball • Musik als zentrales Kriterium des alternativen Spiels 	<ul style="list-style-type: none"> • Freies Spiel • Entwicklung von alternativen Moves • 3:3 Streetball vs. 3:3 im Sportspiel Basketball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Darstellungsaufgabe im Hinblick auf die Umsetzung der Streetball-Theorie in die Praxis <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partizipation in der Gruppenarbeit • Entwicklung von Spielzügen

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:4	Laufende Nummer des UV: 10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Vom Schlagwurf zum Speerwurf

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.5: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten
- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Schlagwurf zum Speerwurf“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • zunächst Wiederholung des Schlagwurfs und Ableitung der Bewegungsmerkmale • Erweiterung um den 3-Schritt-Rhythmus, später 5-Schritt-Rhythmus • Phaseneinteilung des Speerwurfs und Ableitung von Grundätzen/Kriterien für einen gelungen Speerwurf <p>Selbst- und Fremdbeobachtung und -korrektur mittels Beobachtungsbögen und Videoanalyse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Wiederholung Schlagwurf) • methodische Übungsreihe (Einführung Speerwurf) • Bewegungsanalyse mittels Beobachtungsbogen und Videoaufnahme <p>Selbst- und Fremdbeobachtung und Fehlerkorrektur</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse mittels Phaseneinteilung nach Meinel/Göhner • Bewegungsbeschreibung Speerwurf • Fehlerkorrektur • Entwicklung von Beobachtungsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung Schlagwurf an Stationen • methodische Übungsreihe Speerwurf (Steckwürfe, Zielwürfe, etc.) • Bewegungsanalyse durch Partner und durch Videoaufzeichnung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung • Auswertung der Videoaufzeichnungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speerwurf auf Technik

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV:7, 13	Laufende Nummer des UV:11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: *Offense wins Games – Defense wins Championships – Verteidigung als zentrales Element im Basketball*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können im Basketball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.3: Die SuS können im gewählten im Basketball grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Offense wins Games – Defense wins Championships – Verteidigung als zentrales Element im Basketball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung von zentralen Kriterien zur Verbesserung der Fußarbeit • Eigenständige Entwicklung einer Übungsreihe zum Rebound • Motorische Grundeigenschaft Schnelligkeit bei der Transition-Defense • Weak side Defense vs. Strong side Defense 	<ul style="list-style-type: none"> • Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Verteidigungskonzeptionen (von der Kreisliga bis zur BBL) • Übungsreihe vs. Spielreihe am Beispiel Rebound • Taktikboard als zentrales Element für Defense-Entscheidungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Verteidigungskonzeptionen im Vergleich FIBA vs. NBA • Prinzipien Übungsreihe/Spielreihe • Motor. Grundeigenschaft Schnelligkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Schnelligkeitsübungen (Fast Break, Transition) • 5:5 Defense (Mann-Mann / Zone / Zonenpresse) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Präsentation von Verteidigungsprinzipien <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur P4

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:6	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV:

Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 1.2: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erprobung und Beurteilung von Formen der Ausdauerleistungsdiagnostik • SuS stellen Testverfahren in Impulsreferaten vor • Gesundheitliche Auswirkungen verschiedener Formen von Ausdauersport 	<ul style="list-style-type: none"> • Methoden der Leistungsdiagnostik 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test und 30-Minuten-Lauf • Distanzläufe • Step-Test • Conconi-Test • Laktat-Stufentest beim Laufen und Radfahren • Herzkreislaufsystem, Energiebereitstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test und 30-Minuten-Lauf • Distanzläufe • Step-Test • Conconi-Test 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Qualität der Impulsreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Ausdauerleistungsfähigkeit (5000m – Lauf)

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV:11	Laufende Nummer des UV:13
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Von der Gruppen- und Mannschaftstaktik zur Strategie im Basketball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können im Basketball grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können im Basketball grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Von der Gruppen- und Mannschaftstaktik zur Strategie im Basketball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Das Handlungsmodell Mannschaftstaktik nach Hagedorn • Prinzipien und Kriterien für erfolgreiche Offense am Beispiel Bauermann • Freeplay vs. Positionsangriff oder Schule vs. Vereinssport • Struktur, Konzeption und Strategie im Spitzensport am Beispiel EWE Baskets Oldenburg 	<ul style="list-style-type: none"> • Auseinandersetzung mit dem Mannschaftstaktikmodell nach Hagedorn • Umsetzung des Modells in Angriffskonzeptionen 	<ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit Taktikboards 	<ul style="list-style-type: none"> • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> •

BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik Tanz, Bewegungskünste

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele - Schwerpunkt Badminton

Kursprofil - Sequenzbildung⁵

<u>BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik Tanz, Bewegungskünste</u>	<u>IF Bewegungsgestaltung (b)</u>
<u>BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</u>	<u>IF Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ d/ e/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ⁶	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	1.1 1.3	SK a1 SK f2 MK f1 MK a1 UK a1 UK f1	UV1: Grundlagen der gymnastischen Erwärmung am Beispiel Zumba oder Step-Aerobic unter Beachtung des Rhythmus (Zählen, Struktur von Musikstücken analysieren)	x	
	6.1 1.1	SK b1 SK f1 MK b1 MK f1 UK b1 UK f1	UV2: Erarbeitung einer Bewegungsgestaltung am Beispiel von Fitnessgymnastik anhand der Bewertungskriterien Raum, Dynamik, Zeit	x	
	7.1	SK a1 SK a3 MK a1	UV3: Grundlagen des BM-Spiels (WDH der Grundschläge)	x	

⁵ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

⁶ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Q1.2	7.2	SK e1 MK e1 UK e1	UV4: BM vom Miteinander zum Gegeneinander, Einsatz der verschiedenen Grundschläge im regelgerechten Spiel 1:1	x	
	6.5	SK a1 SK b1 MK b1 MK a1 UK b1 UK a1	UV5: Improvisation als Grundlage einer Bewegungsgestaltung unter Berücksichtigung des Technicklernens am Bsp. des Jazz und Modern	x	
	6.3	SK b1 MK b1 UK b1	UV6: Gestalterischer Ausdruck im Tanztheater, z.B. Tanztheater nach Pina Bausch, Musical-Tanz etc.	x	

Q2.1	6.2	SK b1 SK a2 MK b1 MK a1 UK b1 UK a1	UV 7: Kontrastierendes Arbeiten am Beispiel zweier gegensätzlicher Tanzstile, z.B. Ballett, HipHop	x	x
	6.4	SK a3 MK a1 MK d1 UK d1 UK a1	UV8: Gymnastik mit klassischem Handgerät – Einführung in die Wettkampfgymnastik – Grundtechniken in Stand und Fortbewegung (Sprung)	x	
	7.3 7.1	SK e1 MK e2 UK e1	UV 9: Doppelspiel im BM – vortaktische Überlegungen im Spiel 2:2 - Positionierung im Feld, Absprachen treffen, eigene Spielfähigkeit und Technikfertigkeit abschätzen durch Fremd- und Eigenbeobachtung mit dem Ziel, diese gewinnbringend einzusetzen	x	
Q2.2	3.3 4.2	SK d2 MK d2	UV 10: Variationen eines großen Sportspiels (vom Brennball zum Baseball)		
	7.2 7.1 7.3	SK e1 SK c1 MK e2 UK e2	UV 11: Doppelspiel im BM – technische und taktische Fähigkeiten vertiefen unter besonderer Beachtung der Antizipation gegnerischer Angriffsmanöver und Anwendung im Turnier	x	x

	6.2	SK b1 MK b1 UK b1	UV 12: Erarbeitung einer Großgruppengestaltung mit Einsatz von Alltagsgegenständen/Objekten unter Beachtung aller erlernter Kriterien und Tanzstile		x
--	-----	-------------------------	---	--	---

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 10	Vernetzung mit UV: UV 2	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)	

Thema des UV: Grundlagen der gymnastischen Erwärmung am Beispiel Zumba oder Step-Aerobic unter Beachtung des Rhythmus (Zählen, Struktur von Musikstücken analysieren)

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

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

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK f.2.: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Grundlagen der gymnastischen Erwärmung am Beispiel Zumba oder Step-Aerobic unter Beachtung des Rhythmus (Zählen, Struktur von Musikstücken analysieren)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erlernen zunächst Grundlagen der gymnastischen Erwärmung z.B. Gehen, Laufen, spezifische Grundschritte (Basic, Step Touch, Mambo) • Musikanalyse (Strophe, Refrain, Takterkennung, Musikbogen) • Abgrenzung unterschiedlicher Erwärmungsmöglichkeiten (Kleine Spiele vs. Vormachen, Nachmachen, reine Dehnung/Exercise) <p>Die SuS erlernen Methoden zur Vermittlung einer Bewegungsabfolge (Vormachen, Nachmachen; Einzählen, Anwendung von Fachbegriffen, Handzeichen)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lernvideo • Selbsteinschätzung anhand der Borg Skala <p style="text-align: center;">Einzählen von Musik</p>	<ul style="list-style-type: none"> • struktureller Aufbau einer physiologischen Erwärmung • physische und psychische Auswirkungen des Warm-Up • Borg-Skala • Musikanalyse (Phasierung) • Fachvokabular 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundschritte (Basic, Step Touch, Mambo) • funktionales Dehnen und Kräftigen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs • <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation und Durchführung einer Erwärmung (EA, PA, GA) • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: UV 1	Laufende Nummer des UV: 2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Gesundheit – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV: Erarbeitung einer Bewegungsgestaltung am Beispiel von Fitnessgymnastik anhand der Bewertungskriterien Raum, Dynamik, Zeit

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 6.1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren
- GK BWK 1.1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erarbeitung einer Bewegungsgestaltung am Beispiel von Fitnessgymnastik anhand der Bewertungskriterien Raum, Dynamik, Zeit)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS wiederholen verschiedene Raumwege (vw, rw usw.) und Raumformen (Kreis, Spirale, Zick Zack usw.). • Sie füllen verschiedene Körperebenen mit Bewegung (Sagittalebene, Horizontalebene, Vertikalebene) sowie die Raumebenen (Boden, Stand, Sprung). • Sie erlernen Variationsmöglichkeiten in Zeit und Dynamik und wenden diese an (Half beat, double beat, Pause, Kanon). <p>Sie erlernen den funktionalen Umgang mit verschiedenen Fitnessgeräten (Theraband, Kleinhantel etc.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Fitnesstest (vor- und nachher) 	<ul style="list-style-type: none"> • Muskelfunktionalität • Trainingslehre • nähere Erläuterung der Kriterien Raum, Zeit, Dynamik • Erstellen eines Bewertungsbogens) 	<ul style="list-style-type: none"> • Verknüpfung von Elementen im Hinblick auf die Bewertungskriterien Raum, Zeit und Dynamik • Grundschritte (Basic, Step Touch, Mambo) • funktionales Dehnen und Kräftigen mit und ohne Handgeräte) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs • kooperatives Verhalten • Kreativität in der Umsetzung der Bewertungskriterien <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Fitnessgestaltung (GA) • Überprüfung anhand von Fitnesstests vor- und nachher (EA, PA) • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q 1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 4	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV: Grundlagen des BM-Spiels (WDH der Grundschrlege)

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS k6nnen in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fdhigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Sch6lerinnen und Sch6ler k6nnen unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.3: Die Sch6lerinnen und Sch6ler k6nnen grundlegende Zusammenhange von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmahigkeiten) erlauthern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Sch6lerinnen und Sch6ler k6nnen Methoden zur Verbesserung ausgewahlter koordinativer Fdhigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Sch6lerinnen und Sch6ler k6nnen unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Grundlagen des BM-Spiels (WDH der Grundschläge)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS vertiefen und verbessern ihre Grundtechniken und wenden sie im Spiel an. • Sie üben nach dem spielgemäßen Konzept, ggf. aber auch in isolierten Übungsformen (z.B. zur Einführung oder WDH des Smash). • Sie wenden ihre Fähigkeiten (Antizipation, Überblick) und Fertigkeiten (Schlagvarianten) sinnvoll im Spiel (Turniervarianten) an. 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Schlagübungen für die einzelnen Schlagtechniken (Zergliederungsmethode) • spielgemäßes Üben einzelner Schlagtechniken nach gezielten Veränderungen des Zielspiels • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Kaiser-/10er-Turnier 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen der Grundschläge • Bewegungsphasen und ihre Funktionen • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundstellung • ZP • Schlägerhaltung • Schleifenbewegung und Basic-Drehung • vh-ük-Schläge: Clear, Smash, Drop • uh Clear • kurzes Netzspiel • hoher Aufschlag • kurzer Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung im Spiel- und Übungsprozess <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung der Grundschläge

Jahrgangsstufe: Q 1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 3	Laufende Nummer des UV:4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: *BM vom Miteinander zum Gegeneinander, Einsatz der verschiedenen Grundschräge im regelgerechten Spiel 1:1*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „BM vom Miteinander zum Gegeneinander, Einsatz der verschiedenen Grundschräge im regelgerechten Spiel 1:1“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS vertiefen und verbessern weiterhin ihre Grundtechniken und nutzen sie zum erfolgreichen Spiel. • Sie üben nach dem spielgemäßen Konzept und erweitern ihre Übersicht, um die Grundschräge situationsgerecht und effektiv anzuwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> • spielgemäßes Üben einzelner Schlagtechniken im Zielspiel • Videoanalyse (Selbst-/Fremdbeobachtung/-korrektur) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Turnier im Zielspiel 	<ul style="list-style-type: none"> • vortaktische Überlegungen zur Wahl der (effektiven) Grundschräge • Funktionsanalyse der Grundschräge zwecks optimalem Einsatz im effektiven Zielspiel • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur • Spielregeln und Zählweise 	<ul style="list-style-type: none"> • ZP • ggf. Schleifenbewegung und Basic-Drehung • vh-/rh-/uh/-ük-Schräge • Zielaufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung im Spiel- und Übungsprozess <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • effektiver Einsatz der Grundschräge im Zielspiel 1:1 • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: UV 6	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Tanz BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)	

Thema des UV:

Improvisation als Grundlage einer Bewegungsgestaltung unter Berücksichtigung des Techniklernens am Bsp. des Jazz und Modern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.5: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Improvisation als Grundlage einer Bewegungsgestaltung unter Berücksichtigung des Technicklernens am Bsp. des Jazz und Modern“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS improvisieren zunächst frei zu vorgegebenen und selbst gewählten Themenfeldern z.B. Gewitter, Freundschaft, morgendliches Erwachen mit oder ohne Musik. • Sie erlernen Techniken wie Contract-Release, Spannung/Entspannung, Isolation, Point/Flex.) 	<ul style="list-style-type: none"> • freie Improvisation zu Musik • themengeleitete Improvisation • Exercise • LdL (Lernen durch Lehren)) 	<ul style="list-style-type: none"> • Isolationszentren (Kopf, Schulter, Brust, Becken, Arme/Beine) • historische Grundlagen (Ballett, Jazz, Modern)) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erleben von Körperzuständen (Spannung/Entspannung) • Techniken: Contract-Release, Isolation, Koordination, Point/Flex)) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs (Entwicklung von Körpergefühl und Ausdruck) • Kreativität in der Improvisation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Improvisation (EA, PA)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: UV 5	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Wählen Sie ein Element		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 6: Tanz	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)	

Thema des UV:

Gestalterischer Ausdruck im Tanztheater, z.B. Tanztheater nach Pina Bausch, Musical-Tanz etc.

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime etc.) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Gestalterischer Ausdruck im Tanztheater, z.B. Tanztheater nach Pina Bausch, Musical-Tanz etc..“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die Kursteilnehmer einigen sich auf einen thematischen Bereich des Tanztheaters (Pina Bausch, Musical-Tanz, Pantomime). • Die SuS transferieren das Erlernte auf die neue Bewegungsaufgabe. <p>Dabei erweitern die SuS ihr Bewegungsrepertoire durch Gestik und Mimik zum bühnengerechten Ausdruck von Gefühlen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Freie Arbeit in Kleingruppen (4-6) kriteriengeleiteter Bewertungsbogen) 	<ul style="list-style-type: none"> • historische und biographische Grundlagen des gewählten Themenbereichs (Pina Bausch, Musical-Dance)) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdruck von Gefühlszuständen durch Gestik und Mimik • Bühnenpräsenz) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs (Entwicklung von Ausdruck und Bühnenpräsenz) • Kreativität in der Umsetzung der Bewegungsaufgabe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Bühnengestaltung (GA) • Überprüfung der Gruppen- und Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: UV 5, 6	Laufende Nummer des UV: 7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Tanz	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a) Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)	

Thema des UV:

Kontrastierendes Arbeiten am Beispiel zweier gegensätzlicher Tanzstile, z.B. Ballett, HipHop

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.2: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

•

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Kontrastierendes Arbeiten am Beispiel zweier gegensätzlicher Tanzstile, z.B. Ballett, HipHop“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erlernen typische Bewegungsformen der zu kontrastierenden Tanzstile HipHop (Bounce, Off-beat-Betonung usw.) und Ballett (Tendue, Relevée, Positionen 1-5 usw.). • Sie wenden das Erlernete bei verschiedenen (selbstgewählten) Musikstücken an. <p>Sie erweitern ihr Bewegungsrepertoire durch eigene, stiltypische Elemente und erstellen eine kontrastierende Choreographie (schr.)/Komposition (praktisch).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vormachen, Nachmachen • Lernkarten • Lernvideos • Freie Arbeit in Kleingruppen (4-6) • kriteriengeleiteter Bewertungsbogen) 	<ul style="list-style-type: none"> • historische Grundlagen der Tanzstile Ballett und HipHop • Gruppen-/Aufstellungsformen • stilspezifische Fachbegriffe) 	<ul style="list-style-type: none"> • HipHop: Bounce, Off-beat-Betonung, Breakdance-Bodenelemente usw. • Ballett: Tendue, Relevée, Positionen 1-5, Sprünge, Hebungen usw. • stiltypische Körperhaltung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs (Entwicklung von kontrastierenden Körperausdrucksoptionen) • Kooperationsbereitschaft • Kreativität in der Umsetzung der Bewegungsaufgabe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Kompositionsgestaltung (GA) • Überprüfung der Gruppen- und Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: UV 12	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Gymnastik BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung – Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Gymnastik mit klassischem Handgerät – Einführung in die Wettkampfgymnastik – Grundtechniken in Stand und Fortbewegung (Sprung)

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.4: Die Schülerinnen und Schüler können Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Gymnastik mit klassischem Handgerät – Einführung in die Wettkampfgymnastik – Grundtechniken in Stand und Fortbewegung (Sprung)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben zunächst experimentell den Umgang mit den Handgeräten Seil, Keule, Ball, Band und Reifen. • Die SuS erlernen typische Bewegungsformen und gerätspezifische Techniken (Werfen, Fangen, Rollen, Führen, Schwingen etc.). • Sie verknüpfen die erlernten Geräte Techniken mit unterschiedlichen Raumformen und –ebenen (Levels). <p>Sie erstellen abschließend eine Einzelkomposition mit vorgegebener Musik und max. zwei selbst gewählten Handgeräten.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • experimentelles Erproben • Gruppenpuzzle • Vormachen, Nachmachen • Lernkarten • Lernvideos • Lerntagebuch • kriteriengeleiteter Bewertungsbogen) 	<ul style="list-style-type: none"> • gerätspezifische Fachbegriffe • Wettkampfregeln • Dokumentation von individuellem Leistungsfortschritt • Vertiefung Musikanalyse/-theorie) 	<ul style="list-style-type: none"> • Seil: Schwingen, Springen, Werfen, Fangen, Laufen, Seitgalopp • Keule: Werfen, Fangen (im Sprung), Führen, Schwingen • Ball: Werfen, Fangen (im Sprung), Führen, Rollen, Prellen • Band: Schwingen (8er, Spirale, Schlange horizontal und vertikal), Werfen, Fangen (im Sprung), Laufen/Überspringen • Reifen: Werfen, Fangen (im Sprung), Rollen, Zirkeln, Führen, Kreisen (horizontal (z.B. um die Hüfte), vertikal, sagittal (z.B. um das Handgelenk • verschiedene Sprungtechniken in Orientierung am Handgerät) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs im Bereich normgerechter Umsetzung der Geräte Techniken • Dokumentation des individuellen Leistungszuwachses <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Kompositionsgestaltung (EA) • Überprüfung der Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 11	Laufende Nummer des UV: 9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: *Doppelspiel im BM – vortaktische Überlegungen im Spiel 2:2 - Positionierung im Feld, Absprachen treffen, eigene Spielfähigkeit und Technikfertigkeit abschätzen durch Fremd- und Eigenbeobachtung mit dem Ziel, diese gewinnbringend einzusetzen*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Doppelspiel im BM – vortaktische Überlegungen im Spiel 2:2 - Positionierung im Feld, Absprachen treffen, eigene Spielfähigkeit und Technikfertigkeit abschätzen durch Fremd- und Eigenbeobachtung mit dem Ziel, diese gewinnbringend einzusetzen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erweitern ihre Regelkenntnisse in Bezug auf das Doppelspiel: Zählweise, Stellungenregel, Aufschlagrecht • Sie nutzen ihre eigenen Stärken und erkennen die Schwächen des Gegners, um diese gewinnbringend im Doppel einzusetzen. • Die SuS erarbeiten sinnvolle Positionierungen im Feld für Angriff und Abwehr. • Sie bilden selbstständig "gerechte" Spielpaare aufgrund ihrer Leistungsfähigkeit. • Sie erlernen im kooperativen Austausch den Umgang mit Erfolg und Misserfolg. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielmethode • Partnerkontrolle zur Einhaltung der Aufschlag- und Stellungenregel • Kleingruppenarbeit zum Stellungsspiel (Angriff/Abwehr) • Selbst- und Fremdbeobachtung via Korrekturbögen oder Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallyepoint-Zählweise • Viererzyklus • Doppeltaktik • Angriff und Abwehr 	<ul style="list-style-type: none"> • regelgerechtes Spiel im Doppel • Anwendung der Verteidigungs- und Angriffsstellung im Doppel • Vertiefung des kurzen Aufschlags zur taktischen Nutzung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschen der Stellungenregel und Zählweise • Qualität der Partnerkontrolle • taktisches Verhalten im Doppel • Kooperationsbereitschaft und Umgang mit den Schwächen des Partners <p>punktuell:</p> <p>taktisches Verhalten im Turnierspiel ggf. Klausur (P4)</p>

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV: -	Laufende Nummer des UV: 10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV:

Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele • Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden • kurze Unterrichtsgespräche 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des Herzkreislaufsystems • Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • Herzfrequenzmessung und Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • Belastungsparameter (Trainingsdauer, -intensität, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (s. Theorie) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wahlweise 12- oder 30-Minuten Lauf

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV: 4	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Wagnis und Verantwortung (c)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Kooperation und Konkurrenz – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: Doppelspiel im BM – technische und taktische Fähigkeiten vertiefen unter besonderer Beachtung der Antizipation gegnerischer Angriffsmanöver und Anwendung im Turnier

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden
- GK BWK 7.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern
- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Doppelspiel im BM – technische und taktische Fähigkeiten vertiefen unter besonderer Beachtung der Antizipation gegnerischer Angriffsmanöver und Anwendung im Turnier

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Regelvorgaben im Doppel und Mixed • Regelkunde unter besonderer Berücksichtigung der Zählweise, der Stellungsregel und des Aufschlagrechts • Eigene Stärken nutzen - Schwächen des Gegners ausnutzen: Welche Konsequenzen ergeben sich für die eigene Aufstellung und Spielweise im Doppel / Mixed? • Umgang mit Stärken und Schwächen: "gerechte" Spielpaare • Umgang mit Erfolg und Misserfolg 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielmethode • Partnerkontrolle zur Einhaltung der Aufschlag- und Stellungsregel • Schülergesteuerte Erarbeitungsphasen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Doppeltaktik • Mixedtaktik • Fairplay und Rücksichtnahme • Reflexion vom Emotionen in Wettkampfsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Verteidigungsstellung • Angriffsstellung • kurzer Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschen der Stellungsregel und Zählweise • Qualität der Partnerkontrolle • taktisches Verhalten im Doppel und Mixed • Kooperationsbereitschaft und Umgang mit den Schwächen des Partners <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: UV 8	Laufende Nummer des UV: 12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Tanz BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV:

Erarbeitung einer Großgruppengestaltung mit Einsatz von Alltagsgegenständen/Objekten unter Beachtung aller erlernter Kriterien und Tanzstile

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.2: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erarbeitung einer Großgruppengestaltung mit Einsatz von Alltagsgegenständen/Objekten unter Beachtung aller erlernter Kriterien und Tanzstile)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS einigen sich im Plenum auf ein Musikstück und auf ein zu gestaltendes Thema. • Sie analysieren das vorgegebene Musikstück und ordnen die einzelnen Sequenzen Kleingruppen zu. • Die Kleingruppen wählen passende Objekte/Geräte aus. • Sie erarbeiten selbstständig zunächst ihre Sequenz anhand des gewählten Themas. • Die Kleingruppen bringen sich gegenseitig ihre Sequenzen bei, so dass eine Großgruppengestaltung entsteht. <p>Die SuS präsentieren ggf. ihre Großgruppengestaltung vor Publikum</p>	<ul style="list-style-type: none"> • LdL • Vormachen, Nachmachen • kriteriengeleiteter Bewertungsbogen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung Musiktheorie • schriftliche Fixierung einer Komposition (zunächst in Kleingruppen) • Vertiefung der Vermittlungskompetenz im Bereich Bewegungslernen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwenden und Vertiefen aller erlernter Unterrichtsinhalte 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs • Kreativität im Umsetzen der Bewegungsaufgabe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Kompositionsgestaltung (GA, Plenum) • Überprüfung der Gruppen- und Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens)

Kursprofil - Sequenzbildung⁷

BF 4 Bewegen im Wasser BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	IF d Leistung IF f Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a, e
---	---

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ⁸	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1/1	7.1,7.2	SKd1, SKf2, SKd2, SKe1, MKf1	1. Formen des Aufwärmens wiederholen und erweitern		x
	7.1	SKd1, MKd1	2. Basistechniken des Volleyballspiels wiederholen und erweitern	x	
	4.1	SKa1, SKa3, MKa1, Uka1	3. Erweitern und Festigen der Techniken des Brustschwimmens	x	
	4.1	SKa3, MKa1, Uka1	4. Das Kraulschwimmen erlernen und verbessern	x	
	4.1, 7.1	SKd1, SKd2, SKf1, SKf2, MKd1, UKd1	5. Sportmedizinische Grundlagen an ausgewählten Beispielen	x	

⁷ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

⁸ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

Q1/2	7.1, 7.2	SKD1, MKd1	6. Erweiternde Bewegungselemente des Volleyballspiels erlernen	x	
Q1/2	4.1	SKa1, SKa3,Mka1	7. Verbessern der Schwimmtechniken Kraul- und Rückenschwimmen	x	
	4.1	SKa1, MKa1	8. Einführung ins Delfinschwimmen	x	
	4.2	SKa3, MKa3	9. Ausdauernd schwimmen		x
	4.8	SKa1, SKe1, MKa1, MKe1	10. Vom Ball im Wasser zum Wasserball - Spiel	x	
Q2/1	4.5	SKf1, MKf1	11. Rettungsschwimmen	x	
	4.1	SKa1, MKa1, Uka1	12. Delfinschwimmen verbessern, Fehler sehen, Korrekturen angemessen verbalisieren		x
	4.2	SKf2, SKf2, SKd1, SKd2 MKf1, MKd2, UKf1	13. Ausdauertraining und seine Methoden kennen lernen	x	
	4.2	SKa1, MKa1, MKd1, MKd2, UKd1	14. Ausdauer im Laufen verbessern		x
	7.1	SKd1, MKd1	15. Die Spiel- und Wettkampffähigkeit im Volleyball verbessern		x
	4.6	SKf2, MKf1, UKf1	16. Einführung in das ABC-Tauchen	x	

Q2/2	7.1, 7.4	SKa1, MKe1, Uka1	17. Floorball, die Entwicklung hin zum großen Sportspiel		x
Q2/2	7.2	SKd1, MKd2, UKd1	18. Das Volleyballspiel wettkampfbestimmt vertiefen	x	
	4.1	SKf1, MKf1, Uka1, UKd1	19. Das Delfinschwimmen wiederholen und vertiefen	x	
	4.5	SKf1, MKf1, UKf1	20. Das Rettungsschwimmen üben	x	
	4.6	SKd1, Skd2 Mkd1, Ukd1	21. Das ABC-Tauchen verbessern und üben	x	

Jahrgangsstufe:Q1/1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:alle	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football) BF/SB 7: Spiele, die in unserem Kulturkreis (noch) nicht oder nicht mehr fest institutionalisiert sind (z.B. American Football, Baseball, Faustball, Frisbee, Indiacas, Korfball, Prellball, Rugby, Schlagball)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV: *Formen des Aufwärmens wiederholen und erweitern*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Formen des Aufwärmens wiederholen und erweitern“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bis zu 5 verschiedene Spiele zur Herz- und Kreislaufanregung erarbeiten • Kraftübungen für die unteren Extremitäten • Aufwärmbeispiele aus dem Vereinssport 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Partner- und Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungen und Programme erstellen • Bewegungsspezifische Regeln in Spielen planen und vorstellen 	<ul style="list-style-type: none"> • Laufspiele • Fangspiele • Kleinen Spiele • Kraftübungen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der erstellten Programme • Umfang und Komplexität der Spielformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klausur/ Test anteilig

Jahrgangsstufe:Q 1/1	Dauer des UV:6-8	Vernetzung mit UV:6, 15, 18	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<i>Inhaltsfelder</i> Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Basistechniken des Volleyballspiels wiederholen und erweitern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Die Basistechniken des Volleyballspiels wiederholen und erweitern“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS wiederholen die Grundtechniken im Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielformen • 1 mit 1 • 2 mit 2 • 3 mit 3 • Wettkampfspielformen gegeneinander • 1 gegen 1 • 2 gegen 2 • 3 gegen 3 • Spielfeldgröße variieren (schmal, lang, kurz, breit, oder die Angriffzone auslassen, o.ä.) • Variationen der Technikvorgaben (nur oberes, nur unteres Zuspiel) • Verändern der Netzhöhe 	<ul style="list-style-type: none"> • Antizipationsfähigkeit thematisieren • Fehleranalyse und Korrektur • Selbst- und Fremdbeobachtung 	<ul style="list-style-type: none"> • Pritschen • Baggern • Aufschlag v. unten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Ausführungen im Technikbereich • Quantität der Mitarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Punktuel, Test ggf.

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Erweitern und Festigen der Technik des Brustschwimmens, des Starts, der Wende und des Tauchzugs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.3: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- Wählen Sie ein Element

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- Wählen Sie ein Element

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- .

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erweitern und Festigen der Technik des Brustschwimmens, des Starts, der Wende und des Tauchzugs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Brustschwimmens • Bewegungsanalyse des Starts (Brustschwimmen) • Bewegungsvorstellung der Wende • Differenzierung des Tauchzugs • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Zergliederung • Stationsarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen • Bildreihen • Videoaufnahme • Reflexion 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Paddle • Brett 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik (Brustschwimmen, Start, Wende, Tauchzug) • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:7	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

Thema des UV:

Das Kraulschwimmen verbessern: Leistungssteigerung durch Aerodynamik

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- Wählen Sie ein Element
- Wählen Sie ein Element

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Kraulschwimmen verbessern: Leistungssteigerung durch Aerodynamik“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Kraulschwimmens • Bewegungsanalyse des Starts (Kraulen) • Bewegungsdifferenzierung verschiedener Wenden (obligatorisch: Kraulwende) • Differenzierung des Tauchzugs • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Demonstration • Zergliederung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Bildreihen • Beobachtungsbogen • Videoaufnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Brett • Paddles • Flossen • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik (Kraulen, Start, Wende, Tauchzug) • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe: Q 1/1	Dauer des UV:6-8	Vernetzung mit UV: alle	Laufende Nummer des UV:5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken BF/SB 4: Rettungsschwimmen BF/SB 4: Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen	
Inhaltsfelder Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV:

Sportmedizinische Grundlagen an ausgewählten Beispielen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Sportmedizinische Grundlagen an ausgewählten Beispielen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> •Energiebereitstellung im Muskel •Aerobe und anaerobe Schwelle •Passiver Bewegungsapparat, besonders Rücken •Bau und Funktion Herz, Herzkreislauf und sport. Leistung 	<ul style="list-style-type: none"> • Powerpoint • Referate • Modelle aus der Biologiesammlung • Bilder (z.B. Röntgenbilder) aus der Bio.-Sammlung 	<ul style="list-style-type: none"> •Energiebereitstellung aerob/anaerob anhand Abbildungen Graphen •Lernen am Modell (z.B. Rücken) in Vitro,in Vivo 	<ul style="list-style-type: none"> • Laufen/Schwimmen unter steigenden Belastungen • Visuelle und taktile Übertragung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität und Umfang der Referate • <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Test • Klausur

Jahrgangsstufe:Q 1/2	Dauer des UV:6-8	Vernetzung mit UV:2, 15, 18	Laufende Nummer des UV:6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Erweiternde Bewegungselemente des Volleyballspiels erlernen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erweiternde Bewegungselemente des Volleyballspiels erlernen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die Blocktechnik in ihrer Phasenstruktur erlernen • Blocktechnik im Spiel anwenden können • Richtige Spielposition für Block bzw. Feldabwehr abschätzen und anwenden können • Den Angriffsschlag gliedern können, trainieren der einzelnen Phasen per Übungsformen 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Block gegen Wand, Block eines gehaltenen Balls, Block an div. Netzhöhen) • Komplexübung von Block, Feldabwehr, Sicherung • Stationenlernen Angriffsschlag (Stemmschritt, Schlag, Landung) • Selbst- und Partnerkorrektur per Analysebogen 	<p>Bewegungsbögen Taktik der Abwehr</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Einerblock • Zweierblock • Blocksicherung • Feldabwehr • Angriffsschlag in Grobform 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Z.B. Qualität der Ausführung der Übungen aus den Bögen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasenstruktur in Test, Klausur

Jahrgangsstufe:Q1.2	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:4	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV: Kraulen in Bauchlage / Kraulen in Rückenlage: Vertiefen der Technik auch im Hinblick auf gesundheitsorientierte Aspekte

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Kraulen in Bauchlage / Kraulen in Rückenlage: Vertiefen der Technik auch im Hinblick auf gesundheitsorientierte Aspekte“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Kraulschwimmens • Bewegungsanalyse des Rückenkraulschwimmens • Bewegungsanalyse des Starts (Rücken-Kraulen) • Bewegungsdifferenzierung verschiedener Wenden (Kippwende, hohe Drehwende, Rückenkraulwende [obligatorisch: Kraulwende]) • Differenzierung des Tauchzugs • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Demonstration • Zergliederung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Bildreihen • Beobachtungsbogen • Videoaufnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Brett • Paddles • Flossen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik (Brustkraulen / Rückenkraulen, Start, Wende, Tauchzug) • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe:Q1.2	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV:

Einführung in das Delfinschwimmen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Einführung in das Delfinschwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Delfinschwimmens • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Demonstration • Zergliederung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Bildreihen • Beobachtungsbogen • Videoaufnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Brett • Paddles • Flossen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe: Q1/2	Dauer des UV:4-8	Vernetzung mit UV:3, 4, 7	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Ausdauernd schwimmen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Ausdauernd schwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauernd verschiedene Stile schwimmen bei versch. Streckenlängen • 6X100 Meter schwimmen bei individueller Pause (Herzfrequenz kontrolle) • 3X 200 Meter schwimmen • 2X 300 Meter schwimmen • Pyramidenstaffel kennen lernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmen am Band • Puls messen • Tempo wechseln (Tempowechselmethode) • Extensive Intervallmethode 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsmethoden kennen lernen (Dauer-Tempowechsel-, extensive Intervallmethode) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwenden der gelernten Methoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Steigerung per Training <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wettkampf über 300, 600 Meter lt. Zeitentabelle

Jahrgangsstufe: Q1/2	Dauer des UV: 6-8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Wasserball und andere Ballspiele im Wasser	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)	

Thema des UV:

Vom Ball im Wasser zum Wasserball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.8: Die Schülerinnen und Schüler können beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Ball im Wasser zum Wasserball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Spiele mit einfachen Regeln • Ohne Regeln „Rugby“ • Komplexeres Wettkampfspiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Deduktive und induktive Erarbeitung von Regeln • Wurftechniken per Stationen lernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde • Technik per Lernkarten 	<ul style="list-style-type: none"> • Wasserballkraul • Wurftechniken 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität erlernter Techniken • Quantität der Interaktionen in den Spielformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • event. Test

Jahrgangsstufe: Q 2/1	Dauer des UV: ca. 8	Vernetzung mit UV:5	Laufende Nummer des UV:11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Rettungsschwimmen	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV: *Rettungsschwimmen*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.5: Die Schülerinnen und Schüler können Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung etc.) allein oder gemeinsam planen und bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Rettungsschwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> •Techniken der Selbstrettung erlernen •Dito Fremdrettung •Das Abschleppen lernen und üben •1. Hilfe (Seitenlage, HLW) •Befreiungsgriffe (2 Stück) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Partnerarbeit • Abbildungen aus der 1. Hilfe • Lehrer- Schülerdemo 	<ul style="list-style-type: none"> •Stationskarten zur Selbstrettung/ Fremdrettung •1. Hilfe in Auszügen anhand Abb./ Demo Befreiungsgriffe in Partnerarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Erlernen und Üben der Techniken im Nichtschwimmer bereich, später Demo im Schwimmerbereich 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschleppübungen nach Befreiungsgriff • Aufbau der Seitenlage am Partner • <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fachmotorische Prüfung/Test/Klausur zu 1.Hilfe, Fremdrettung lt. Abivorgabe

Jahrgangsstufe:Q2.1	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:8	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV: *Einführung in das Delfinschwimmen*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- GK BWK 4.3: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Delfinschwimmen verbessern: Fehler sehen, Korrekturen anwenden“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Delfinschwimmens • Bewegungsdifferenzierung verschiedener Beinschläge erläutern • Beziehung zwischen Körperspannung und Wasserlage erläutern • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Demonstration • Zergliederung • Differenzierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Bildreihen • Beobachtungsbogen • Videoaufnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Brett • Paddles • Flossen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe: Q2/1	Dauer des UV: 8-10	Vernetzung mit UV:5, 9	Laufende Nummer des UV:13
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegungen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV: „Delfinschwimmen verbessern: Fehler sehen, Korrekturen anwenden“

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Ausdauertraining und seinen Methoden kennen lernen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Richtige Trainingsintensität kennen lernen • Versch. Trainingsmethoden ausprobieren • Richtige Pausenlänge festlegen können 	<ul style="list-style-type: none"> • Referate, Powerpoint • Partner-, Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsintensität festlegen können • Pausenlängen berechnen und messen • Trainingsmethode auf eine Laufstrecke einsetzen können 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen des Erlernten in Trainingseinheiten • Pulsmessungen • Ausprobieren und üben von Dauer-, Intensivmethode und Fahrtspiel • 5000m Lauf 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufleistung in Laufkarte darstellen und beurteilen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coopertest, 5000m Lauf lt. Zeitentabelle

Jahrgangsstufe: Q2/1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:9	Laufende Nummer des UV:14
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV: *Ausdauer im Schwimmen verbessern*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Ausdauer im Schwimmen verbessern“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Richtige Trainingsintensität im Wasser feststellen können • Pyramidentraining üben und trainieren • Prüfungsstrecke von 800 Metern für Abiprüg. trainieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Referat • Schwimmen am Band 	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsintensität festlegen können • Pyramidentraining im Wasser planen und durchführen können 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen der Theoriekenntnisse/Planung ins Becken 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planungs- /Leistungskarte erstellen u. beurteilen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 800m Schwimmen lt. Zeitentabelle

Jahrgangsstufe:Q2/1	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV:2,6,18	Laufende Nummer des UV:15
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV:

Die Spiel- und Wettkampffähigkeit im Volleyballspiel verbessern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Die Spiel- und Wettkampffähigkeit im Volleyballspiel verbessern“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erproben verschiedener Turnierformen (Kaisert., KO-System) • Spiel 6:6 • Variables Agieren in Standard-situationen • Technikablauf des Aufschlags v. oben 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungsformen anhand von Tafeln • Spielzüge erlernen (tiefe 6, Läufer) • Stationenlernen (Aufschlag v. o.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Standard-situationen erkennen lernen • Aufstellungsregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Technik (Aufschlag v. o.) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik Aufschlag von oben <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe:Q2/1	Dauer des UV:4	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:16
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV: *Einführung in das ABC-Tauchen*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.6: Die Schülerinnen und Schüler können komplexe Aufgabenstellungen beim Tauchen (auch mit Maske, Schnorchel und Flossen) unter Berücksichtigung der eigenen Leistungsfähigkeit und der anderer planen und bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK f.2:: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Einführung in das ABC-Tauchen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Körperlich-medizinische und physiologische Grundlagen des Tauchens kennen lernen • Handhabung von Schnorchel und Maske 	<ul style="list-style-type: none"> • Referat/Powerpoint • Stationenlernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Taucherkrankheit • Druck • Gefahren des Tauchens 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausblasen der Maske • Atmen durch den Schnorchel • Handhabung der Flosse • Ab- und Auftauchen • Streckentauchen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motorische Fachprüf. U. Test It. Abivorgabe, Klausur

Jahrgangsstufe:Q 2/2	Dauer des UV:4	Vernetzung mit UV:1, 6, 10, 15	Laufende Nummer des UV:17
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: *Floorball, die Entwicklung hin zum großen Sportspiel*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Floorball, die Entwicklung hin zum großen Sportspiel“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Basistechniken (Stoppen, Passen, Vorhand-Rückhandschlag) • Einfache Spielregeln aufstellen bzw. kennen lernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Referat • Induktive Erarbeitung der Spielform • Basistechniken nach Lernkarten 	<ul style="list-style-type: none"> • Komplexes Regelwerk einer großen Sportart reduzieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Induktives Erarbeiten einfacher Regeln 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Beiträge in Theorie u. Praxis • Soziales Management <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe:Q 2/2	Dauer des UV:6-8	Vernetzung mit UV:2, 6, 15	Laufende Nummer des UV:18
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4) Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Das Volleyballspiel wettkampfbestimmt vertiefen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Volleyballspiel wettkampfbestimmt vertiefen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Spielformen bzw. Spileaufstellungen mit ihren Vor- und Nachteilen kennen lernen • Spilesystem 2:4 erproben (Seitenläufer) • Fehlerhafte Aufstellungen als Schiedsrichter sehen 	<ul style="list-style-type: none"> • Referat • Flip-Chart zu Regelfragen • Demo (Lehrer oder Schüler) 	<ul style="list-style-type: none"> • „Pärchenregel“ • „Reihenregel“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben der Spielsysteme 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Beiträge während der Spielsituationen • Schiedsrichterleistung <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe:Q2.2	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:8, 12	Laufende Nummer des UV:19
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
<i>Inhaltsfelder</i> Leistung (d) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV: Das Delfinschwimmen wiederholen, vertiefen; das Lagenschwimmen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen
- GK BWK 4.3: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Delfinschwimmen wiederholen, vertiefen; das Lagenschwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Delfinschwimmens • Wiederholung von Kraulen, Brustschwimmen, Rückenkraulen • Wiederholung der schwimmartspezifischen Wenden • Beziehung zwischen Körperspannung und Wasserlage erläutern • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Demonstration • Zergliederung • Differenzierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Bildreihen • Beobachtungsbogen • Videoaufnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Brett • Paddles • Flossen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung Zeit (100m Lagen) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe:Q 2/2	Dauer des UV:4-6	Vernetzung mit UV:11	Laufende Nummer des UV:20
Bewegungsfeld/Sportbereich: Wählen Sie ein Element Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Rettungsschwimmen	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV: *Das Rettungsschwimmen üben*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.5: Die Schülerinnen und Schüler können Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung etc.) allein oder gemeinsam planen und bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Rettungsschwimmen üben“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erlernte Rettungskennnisse üben • Training für die Abiturprüfung 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Video korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorgabe(n) der Abiturprüfung 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerweises Üben und Trainieren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsverbesserung in Zeit und Technik • Sicherheit im Umgang mit den Techniken <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eventuelle fachmotorische Prüfung

Jahrgangsstufe:Q 2/2	Dauer des UV:4 - 6	Vernetzung mit UV:16	Laufende Nummer des UV:21
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Tauchen mit Maske, Schnorchel und Flossen	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV: *Das Rettungsschwimmen üben*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.6: Die Schülerinnen und Schüler können komplexe Aufgabenstellungen beim Tauchen (auch mit Maske, Schnorchel und Flossen) unter Berücksichtigung der eigenen Leistungsfähigkeit und der anderer planen und bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Rettungsschwimmen üben“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die Handhabung mit der ABC-Ausrüstung üben und verbessern 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • t 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorgaben aus der Abiturprüfung (Streckentauchen, Kombiübung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Anlegen der Ausrüstung auf Zeit • Training der Strecken 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeitenwertung lt. Zeitentabelle <p>punktuell:</p>

BF Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)

BF Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7) - Schwerpunkt Badminton

Kursprofil - Sequenzbildung⁹

BF <u>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)</u>	IF <u>Leistung (d)</u>
BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ d/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹⁰	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q 1.1	3.1 3.4 3.5	SK a.1, a.3 MK f.1 UK d.1	Vom Schlagball zum Speerwurf		
	3.3	SK d.1, d.2 MK d.1, d.2 UK f.1, b.1	Wie fit bin ich? - Überprüfung und Beurteilung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden und Tests		
	7.1	SK a.1, a.3 MK a.1, f.1 UK a.1	Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse		
Q 1.2	3.1 3.4	SK a.1, a.3 MK f.1 UK d.1	Grundlagen der Bewegungsanalyse und Bewegungskorrektur am Beispiel des Hochsprungs		

⁹ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

¹⁰ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

	7.2 7.3 7.4	SK a.1, a.2 MK a.1, f.1 UK d.1	Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings		
	5.2 5.4	SK b.1 MK b.1 UKd.1, b.1	Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente		
Q 2.1	3.1 3.4 1.4	SK f.1, a.3 MK a.1, f.1 GK d.1, a.1	Einführung in den Hürdenlauf unter besonderer Berücksichtigung des Verletzungsrisikos und der Verletzungsprophylaxe		
	3.2 3.4 1.3	SK d.1, a.3 MK e.1, f.1 GK d.1	König der Leichtathleten - Vorbereitung auf einen kursspezifischen LA-Mehrkampf unter besonderer Berücksichtigung des Kugelstoßens		
	7.1 7.2	SK c.1, e.1 MK e.2 UK e.1	Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed		
Q 2.2	7.2 7.3 7.6	SK e.1 MK e.1 UK b.1, e.1	Vom Volleyball zum Indica - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren		
	5.4	SK c.1, e.1 MK c.1 UK c.1	Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Topropeklettern		

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 2, 4, 7, 8	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß BF/SB 3: historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)	

Thema des UV: Vom Schlagball zum Speerwurf

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.
- GK BWK 3.5: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 1: „Vom Schlagballwurf zum Speerwurf“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • über den Schlagballwurfs zum Speerwurf: Gemeinsamkeiten und Unterschiede • Standwurf/Wurfauslage: Bewegungsmerkmale (hoher Ellenbogen, Bogenspannung) • Erweiterung über den 3-Schritt- zum 5-Schritt- und 7-Schritt-anlauf • Phasierung der Bewegung • Selbst- und Partnerbeobachtung, Partnerkorrektur mit Beobachtungsbogen, Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • methodische Übungsreihe • Bewegungsanalyse mit Beobachtungsbogen; Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen: Anlauf, 3-Schritt-Rhythmus, Wurfauslage, Wurf, Abfangen • Funktionsanalyse • Bewegungsmerkmale: Unterarmschleuder, hoher Ellenbogen, Stemmschritt, Bogenspannung, Rhythmisierung • Fehleranalyse und – korrektur • Beobachtungsbogen 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlagballwurf • Noppenball • Bogenwürfe • Zielwürfe • Wurfauslage • Stemmschritt 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • Auswertung der Videoanalyse <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikprüfung

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 1, 4, 7, 8	Laufende Nummer des UV: 2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV: Wie fit bin ich? - Überprüfung und Beurteilung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden und Tests

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)
- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 2: „Wie fit bin ich? - Überprüfung und Beurteilung unterschiedlicher Ausdauertrainingsmethoden und Tests“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen u. Erproben verschiedener Methoden des Ausdauertrainings • Kennenlernen und Erproben unterschiedlicher Tests zur Überprüfung der Ausdauerleistungsfähigkeit • Beurteilen unterschiedlicher Methoden hinsichtlich ihrer Wirkung / Angemessenheit zur Verbesserung der individuellen Leistungsfähigkeit • Belastung und Puls: Ausdauertrainingspuls • Schülerkurzreferate zu diversen Aspekten des Kursthemas und deren Beurteilung 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertrainingsmethoden • Herzfrequenzmessung 	<ul style="list-style-type: none"> • Herz-Kreislaufsystem • kontinuierliche Dauermethoden, Intervallmethoden, Fahrtspiel • Belastungsparameter 	<ul style="list-style-type: none"> • Pulsuhren • Trainingstagebuch • Testtabellen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Schülerreferate • individuelle Leistungssteigerung • Trainingstagebuch <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • alternativ: Cooper-Test oder 5000m

Jahrgangsstufe: Q 1.1	Dauer des UV: 14	Vernetzung mit UV: 5, 9, 10	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV: Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 3: „Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • über eine Verbesserung der Grundtechniken zum erfolgreichen Spiel • Spielgemäßes Üben unter Veränderung des Spielfelds, des Spielziels, der Spielregeln • isoliertes Übungsformen zur Verbesserung zentraler technischer Fertigkeiten • Partnerbeobachtung und Partnerkorrektur mittels beobachtungsbögen • Stationenlernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Schlagübungen für die einzelnen Schlagtechniken (Zergliederungsmethode) • spielgemäßes Üben einzelner Schlagtechniken nach gezielten Veränderungen des Zielspiels • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen der Grundschläge • Bewegungsphasen und ihre Funktionen • Fehleranalyse und -korrektur • Spielregeln und Zählweise 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundstellung • ZP • Schlägerhaltung • Schleifenbewegung und Basic-Drehung • vh-ük-Schläge: Clear, Smash, Drop • hw Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung im Spiel- und Übungsprozess <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung der Grundschläge

Jahrgangsstufe: Q 1.2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 1, 2, 7, 8	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe BF/SB 3: historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV: Grundlagen der Bewegungsanalyse und Bewegungskorrektur am Beispiel des Hochsprungs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 4: „Grundlagen der Bewegungsanalyse und Bewegungskorrektur am Beispiel des Hochsprungs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über Variationen des Hochsprungs und die biomechanischen Vor- bzw. Nachteile • SuS erlernen zunächst den Schersprung und lernen alte Techniken (Straddle/Wälzer) kennen • SuS gliedern die Bewegung des Hochsprungs / des Flops durch die Phasenstruktur und trainieren die einzelnen Phasen des Flops anhand verschiedener Übungsformen • Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und-Bewegungsanalyse im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens • Durchführung eines Hochsprung-Wettkampfes • Hochsprung absolut/relativ 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen Funktionsphasen (Anlauf, Absprung, Landung) • Circuittraining zur Verbesserung der Sprungkraft • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen <p>Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse • Funktionsanalyse • Fehleranalyse und – korrektur • Formen der Kraft 	<ul style="list-style-type: none"> • Schersprung • Straddle • Wälzer • Fosbury-Flop • Jump and Reach 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Trainings- und Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der erreichten Höhe beim Hochsprung: absolut und relativ

Jahrgangsstufe: Q 1.2	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV: Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.3: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 5: „Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Über eine Problematisierung zur Erweiterung des Schlagrepertoires in Verbindung mit der Lauftechnik • Diskussion zur Bedeutung der motorischen Grundeigenschaften im Badminton unter besonderer Berücksichtigung von Koordination und Beweglichkeit • Erweiterung des Schlagrepertoires unter besonderer Berücksichtigung doppelspezifischer Schlagarten 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsmethoden zur Verbesserung der Lauftechnik in Verbindung mit neuen Schlagtechniken • Partnerbeobachtung und Partnerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur • motorische Grundeigenschaften 	<ul style="list-style-type: none"> • Lauftechnik • Viererrhythmus • Umspringen • Ausfallschritt • Spiel am Netz • rh-uh Clear • rh-ük Clear • rh-ük Drop • Drive 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Partnerkorrektur • Engagement und Erfolg im Übungs- und Spielbetrieb <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Lauf- und Schlagtechnik

Jahrgangsstufe: Q 1.2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 11	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c) Bewegungsgestaltung (b) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.2: Die Schülerinnen und Schüler können eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren
- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 6: „Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über motivierende und die Kreativität anregende kurze Filmsequenzen • Berücksichtigung turnerischer Grundelemente wie Rollen, Überschläge, Sprünge und Schwünge bei der Planung eines Parkours • Kreativität bei der Überquerung des Parkours (z.B. Partnerhilfe, tänzerische oder pantomimische Präsentation etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Videopräsentationen • Stationenlernen • Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Durchführungs- und Beurteilungskriterien wie Flüssigkeit, Kreativität, Schwierigkeitsgrad 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwingen • Sprünge • Rollen • Überschläge 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Anstrengungsbereitschaft beim Auf- und Abbau des Parkours und beim Üben • Kooperationsbereitschaft und Kreativität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchlaufen des Parkours

Jahrgangsstufe: Q 2.1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV: 1, 2, 4, 8	Laufende Nummer des UV: 7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV: Einführung in den Hürdenlauf unter besonderer Berücksichtigung des Verletzungsrisikos und der Verletzungsprophylaxe

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.
- GK BWK 1.4: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK): GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 7: „Einführung in den Hürdenlauf unter besonderer Berücksichtigung des Verletzungsrisikos und der Verletzungsprophylaxe“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über den Sprint über flache Hindernisse / umgedrehte Hürden • Drei-Schritt-Rhythmus • individuelle Hindernisabstände • Ganz-Teil-Ganz-Methode • Übungsformen zum Hürdenschritt und Rhythmisierung • Verletzungsrisiken und Verletzungsprophylaxe • hürdensprintspezifisches Erwärmen und Dehnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ganz-Teil-Ganz-Methode • Stationenlernen • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Videoanalyse • sportartspezifisches Erwärmen und Dehnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse: Angehen - Hürdenüberquerung - Landung • Funktionsanalyse • Fehleranalyse und -korrektur • sportartspezifische Verletzungsrisiken und Verletzungsprophylaxe 	<ul style="list-style-type: none"> • Hürdenschritt • 3-Schritt-Rhythmus / Zwischenhürdenlauf • Schwungbein / Nachziehbein • Rhythmisierungs- und Koordinations-schulung • Verletzungsrisiken • hürdenspezifisches Erwärmen und Dehnen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • Engagement und individueller Leistungsfortschritt beim Übungsprozess und Stationenlernen • Engagement und Ernsthaftigkeit beim Erwärmen und Dehnen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikprüfung (Videoanalyse)

Jahrgangsstufe: Q	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: König der Leichtathleten - Vorbereitung auf einen kursspezifischen LA-Mehrkampf unter besonderer Berücksichtigung des Kugelstoßens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- GK BWK 1.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen
- GK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK): GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 8: „König der Leichtathleten - Vorbereitung auf einen kursspezifischen LA-Mehrkampf unter besonderer Berücksichtigung des Kugelstoßens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über Wiederholung und Verbesserung des Kugelstoßens (Rückenstoßtechnik) • Einfluss/Bedeutung von Koordination, Technik und Kraft • Leistungsvergleich: Standstoß, Wechselschritt, Angleiten • Partnerkorrektur und Videoanalyse • Festlegen der Wettkampfdisziplinen unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Stärken bzw. Schwächen • Bewertungskriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Partnerbeobachtung und Korrektur mittels Beobachtungsbögen • Selbst- und Fremdbeobachtung mittels Videoanalyse • Wettkampfdurchführung 	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse • Funktionsanalyse • Fehleranalyse und -korrektur • Formen der Kraft • Wettkampfbregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Wechselschritt / Angleiten • Stoßauslage • Verwringung / Vordehnung • Abstoßstreckung • Wettkampfbregeln 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung beim Stationsbetrieb und bei der eigenständigen Vorbereitung auf den Wettkampf <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikprüfung Kugelstoßen (Videoanalyse) • Leistungsprüfung innerhalb eines kursspezifisch festgelegten Mehrkampfes

Jahrgangsstufe: Q 2.1	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
-

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
-

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 10: „Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Regelvorgaben im Doppel und Mixed • Regelkunde unter besonderer Berücksichtigung der Zählweise, der Stellungsregel und des Aufschlagrechts • Eigene Stärken nutzen - Schwächen des Gegners ausnutzen: Welche Konsequenzen ergeben sich für die eigene Aufstellung und Spielweise im Doppel / Mixed? • Umgang mit Stärken und Schwächen: "gerechte" Spielpaare • Umgang mit Erfolg und Misserfolg 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielmethode • Partnerkontrolle zur Einhaltung der Aufschlag- und Stellungsregel 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Doppeltaktik • Mixedtaktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Verteidigungsstellung • Angriffsstellung • kurzer Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschen der Stellungsregel und Zählweise • Qualität der Partnerkontrolle • taktisches Verhalten im Doppel und Mixed • Kooperationsbereitschaft und Umgang mit den Schwächen des Partners <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe: Q 2.2	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: 3, 5, 9	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV: Vom Volleyball zum Indiacca - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren.

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
-

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 10: „Vom Volleyball zum Indiacca - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über das Volleyballspiel und dessen Regeln zum Indiacca • Vermittlung der wesentlichen Grundsätze in Übungsreihen • Abänderungen des Regelwerks nach Intention und Voraussetzungen • Rückschlagspiele selbst entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielreihe • Übungsreihe • Schülerreferate und Präsentationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde • Variationen von Regeln und deren Auswirkungen auf das Spiel • Analyse des Spielgedankens in unterschiedlichen Rückschlagspielen • Taktik als Ausnutzen von Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufgabe • Annahme / Abwehr • oberes Zuspiel und Stellspiel • Angriff 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • erfolgreiches Anwenden der technischen Fertigkeiten • Engagement und Kreativität beim Entwickeln von Spielen • Schülerpräsentationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielfähigkeit im Zielspiel

Jahrgangsstufe: Q 2.2	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: 6	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngewinnungen sportlichen Handelns (c)	

Thema des UV: Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Topropeklettern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngewinnungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV 11: „Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Topropeklettern“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • zunächst Gewöhnung an die Wand durch Bouldern und Boulderspiele • Imitation des Toprope-Sicherns am Boden • Sichern/Klettern in Absprunghöhe • Toprope klettern und sichern 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Boulderspiele) • Arbeit in Kleingruppen (Klettern und Sichern am Boden / in Absprunghöhe / an der gesamten Wand: Kletterer + 2 Sichernde) 	<ul style="list-style-type: none"> • Klettertechniken (Froschtechnik, etc.) • Sicherungstechnik Toprope • Motive und Motivation (Definitionen, Bedürfnispyramide nach Maslow, Modelle von Reiss und Gabler) • Handlungssteuerung unter versch. psych. Einflüssen (insbesondere Angst) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bouldern und Boulderspiele • Klettertechnik • Toprope-Sicherung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Kenntnis der Sicherungstechnik (Knoten, Umgang mit Material, Partnercheck, etc.) • Einschätzung der eigenen Fähigkeiten • vertrauensvolles, verlässliches Miteinander mit der Seilschaft

BF Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)

BF Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7) - Schwerpunkt Handball

Kursprofil - Sequenzbildung¹¹

BF <u>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik (3)</u>	IF <u>Leistung (d)</u>
BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ d/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹²	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	7.2	SK a2 MK a1	Koordinationstraining im Handball		
	3.1	MK d1 UK d1	Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Weitsprungs	x	x
	7.1	MK a1 SK e1	Praktische Schulung der Grundfertigkeiten im Werfen, Passen und Fangen unter Berücksichtigung der vielfältigen Variation	x	x
Q1.2	3.3 4.2	MK f1 SK d2 SK f1 UK f1	Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens	x	

¹¹ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

¹² w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

	3.1 3.2	SK a3 SK d1 MK d2 UK a1	Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens	x	x
	7.1	MK e2 SK e1	Taktische Maßnahmen der Offensive und Defensive im Handball	x	x
	7.4	SK e1 MK e1 UK e1	Vom Hallenhandball zum Feldhandball – Eine spielorientierte Einführung in das Sportspiel		x
Q2.1	3.1	SK a3	Vom Schlagballwurf zum Speerwurf	x	x
	7.5	SK e1 MK e1	Erarbeitung, Erprobung und Beurteilung einer progressiv aufgebauten Spielreihe zum Zielspiel Handball	x	x
	5.4 5.5	SK b1 UK b1	Einführung in turnerische Grundelemente an verschiedenen Geräten		
		UK c1 SK c1 SK c2	Aggression und Motivation im Handball – eine Einführung in die Grundlagen der Sportpsychologie		
Q2.2	1.3	MK c1	Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Toprope-Klettern		
	7.3	MK e1 SK e1	Erarbeitung, Durchführung und Bewertung von spielnahen Übungsformen sowie Wettkampfformen des Handballs	x	x
	4.2 3.3	SK d1 MK d2 UK d1	Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufen und Schwimmen	x	

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:3	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

Thema des UV:

Koordinationstraining im Handball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Koordinationstraining im Handball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erlernen Grundtechniken des Werfens, Fangens und Passens • SuS erarbeiten situationsangepasste Anwendung der verschiedenen Wurftechniken und reflektieren diese <p>SuS wenden verschiedene taktische Möglichkeiten in der Gruppe sowie der Mannschaft an</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Imitation • Fremd- und Selbstbeobachtung • Arbeit in der Kleingruppe 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinationale Fähigkeiten nach Hirtz • Koordinatives Anforderungsprofil nach Neumaier 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlagwurf, Sprungwurf, Fallwurf • Torwartspiel • Kreuzen, Kreisläuferspiel • Sperren mit Absetzen • Täuschung, Finten • Einlaufen, Außenspiel • Überzahl- und Unterzahlspiel 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Bewegungsausführung und der situativen Anwendung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordinationsparkour

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV:5, 8	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Weitsprung

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Weitsprungs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erlernen zunächst den Standsprung und lernen Weitsprungtechniken (Hang- und Schrittsprungtechnik) kennen • SuS gliedern die Bewegung des Hangsprungs durch die Phasenstruktur nach Meinel/Göhner und trainieren die einzelnen Phasen anhand verschiedener Übungsformen • Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und –analyse im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen Funktionsphasen (Anlauf, Absprung, Landung) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse nach Meinel • Funktionsanalyse nach Göhner • Fehleranalyse und – korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Standsprung • Schrittsprung • Hangsprung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der erreichten Weite beim Weitsprung

Jahrgangsstufe:Q1.1	Dauer des UV:7	Vernetzung mit UV:1	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV:

Praktische Schulung der Grundfertigkeiten im Werfen, Passen und Fangen unter Berücksichtigung der vielfältigen Variation

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Praktische Schulung der Grundfertigkeiten im Werfen, Passen und Fangen unter Berücksichtigung der vielfältigen Variation“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Verfeinerung und Verbesserung der erlernten Grundfertigkeiten • Situationsangepasste Anwendung der Grundfertigkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorher- Nachher Vergleich mit Hilfe von Videos • Selbst- und Fremdbeobachtung • Objektive und quantitative Erfolgsmessung (über Tore) • 	<ul style="list-style-type: none"> • Technikbilder (bspw. vom Schlagwurf) • Bewegungsanalyse • 	<ul style="list-style-type: none"> • Schlagwurf, Sprungwurf, Fallwurf • Torhüterspiel • Finten und Täuschen • Kreuzen, Wechsel • Sperren und mit Absetzen • Kreisläuferspiel • Außenspiel und Einlaufen • Abwehr • Stoßen, Parallelstoßen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenbetrieb aufgebaut nach verschiedenen Grundfertigkeiten („Erfolgsquote“)

Jahrgangsstufe:Q1.2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:14	Laufende Nummer des UV:4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV: Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervallmethode • Dauermethode • Fahrtspiel • Extensive und intensive Methode • Pulsmessung • Borg Skala 	<ul style="list-style-type: none"> • Intervallmethode • Dauermethode • Fahrtspiel • Extensive und intensive Methode • Pulsmessung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test zu Beginn und am Ende •

Jahrgangsstufe:Q1.2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:2, 4	Laufende Nummer des UV:5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 100m Sprint), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS führen einen leichtathletischen Dreikampf in den Disziplinen 100m Sprint, Hochsprung und Kugelstoßen durch • Die SuS erproben verschiedene Methoden des motorischen Lernens, insbesondere dem differentiellen Training kommt besondere Aufmerksamkeit beim Kugelstoßen zu <p>Die SuS beurteilen das Training leichtathletischer Disziplinen und damit die unterschiedliche (Trainings-) Methodik im Hinblick auf eine individuelle Leistungssteigerung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des motorischen Lernens: Teillernmethode, Ganzheitliche Methode, Methodische Übungsreihen • Methode des differentiellen Lernens als konträre Vermittlungs- und Trainingsmethode • Schüler als Experten – Schülergruppe stellt differenzielles Training mithilfe eines Impulsreferats vor und führt durch die Einheit • Üben und Training an Stationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenstruktur Kugelstoßen • Differenzielles Lernen nach Beckmann und Schöllhorn • Teillernmethode im Hochsprung 	<ul style="list-style-type: none"> • 100m Sprint • Hochsprung • Kugelstoßen • Unterschiedliches Material 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft und Wille • SoMi-Verbesserung für durchführende SuS-Gruppen • SuS als Experten (Verbesserung der SoMi) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletischer Dreikampf (Raster und Notenpunkte auf der Homepage zu finden)

Jahrgangsstufe:Q1.2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV: 3	Laufende Nummer des UV:6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Taktische Maßnahmen der Offensive und Defensive im Handball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die Schülerinnen und Schüler können in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Taktische Maßnahmen der Offensive und Defensive im Handball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben Übungen zum Spiel in der Offensive und in der Defensive • Die SuS erarbeiten Übungsformen und taktische Maßnahmen für das Offensiv- und Defensivspiel • Die SuS beurteilen Übungsformen und taktische Möglichkeiten in der Offensive und Defensive auf ihre Anwendbarkeit in der Praxis 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpuzzle: Kleingruppen stellen sich gegenseitig die erarbeiteten Übungen und taktischen Maßnahmen vor • Schüler als Experten • Üben und Training an Stationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Taktik in d. Defensive: Raumdeckung/ Manndeckung, Verschieben-Übergeben und Übernehmen, Überzahlspiel, Deckungslücken, unterschiedliche Deckungssysteme: 6:0, 5:1, 4:2, 3:3 • Taktik in d. Offensive: Stoßen u. Parallelstoßen, Fintieren (Wackler) und Einlaufen, Durchbruch, Kreuzen und Sperren (mit Absetzen), Kreisläuferspiel etc. unterschiedliche Aufstellungen im Angriff 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorher-Nachher-Vergleich • Taktik- und Spielzug-Karten • Tafel und Ipad zur Demonstration von Spielzügen und taktischen Möglichkeiten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation und Bereitschaft in den Entwicklungsphasen der Übungen und taktischen Maßnahmen Führungsaufgaben zu übernehmen • Bereitschaft Übungen und taktische Maßnahmen vorzustellen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einstiegsspiel (Vorher-Vergleich) • Abschlusspiel unter besonderer Berücksichtigung und Einhaltung der zuvor entwickelten taktischen Möglichkeiten in der Offensive und Defensive (Nachher-Vergleich)

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UV:5	Vernetzung mit UV:13	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Vom Hallenhandball zum Feldhandball – Eine spielorientierte Einführung in das Sportspiel

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „ Vom Hallenhandball zum Feldhandball – Eine spielorientierte Einführung in das Sportspiel“

didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erarbeiten zu Beginn Unterschiede im Spiel von Hallenhandball und Feldhandball • SuS erarbeiten Regeln für Großfeld- und Kleinfeldhandball • SuS erarbeiten in Teams Grundordnungen auf dem Spielfeld und entwickeln Spielzüge für das unbekannte Spiel • SuS führen gewählte Spielform (entweder Großfeld- oder Kleinfeldhandball) durch <p>SuS beurteilen sich gegenseitig (und Lehrer) im Hinblick auf den Erfolg der entwickelten Spielzüge</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeit in Kleingruppen/ Teams • Induktives Verfahren – SuS entwickeln Spielzüge für das unbekannte Spiel • Deduktives Verfahren – SuS erhalten vom L feste Positionen und spielen vorgefertigte Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Regeln und Unterschiede zwischen Hallenhandball und Feldhandball • Geschichte des Feldhandballs: Möglichkeit zur Vergabe eines Einstiegs- Referats • Möglichkeiten von Spielzügen draußen 	<ul style="list-style-type: none"> • Feldhandball – Einteilung Spielfeld • Taktiktafeln für Spielzüge im Feldhandball • Ausstattung/ Equipment Feldhandball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft und Wille in der Gruppe zu arbeiten und Ergebnisse vorzustellen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschlussspiel: Einsatzbereitschaft und Wille das unterschiedliche Spiel praktisch zu erfahren und leistungsmäßig an Hallenhandball anzuknüpfen

Jahrgangsstufe: Q1.2	Dauer des UV:5	Vernetzung mit UV:13	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Vom Hallenhandball zum Feldhandball – Eine spielorientierte Einführung in das Sportspiel

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „ Vom Hallenhandball zum Feldhandball – Eine spielorientierte Einführung in das Sportspiel“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erarbeiten zu Beginn Unterschiede im Spiel von Hallenhandball und Feldhandball • SuS erarbeiten Regeln für Großfeld- und Kleinfeldhandball • SuS erarbeiten in Teams Grundordnungen auf dem Spielfeld und entwickeln Spielzüge für das unbekannte Spiel • SuS führen gewählte Spielform (entweder Großfeld- oder Kleinfeldhandball) durch <p>SuS beurteilen sich gegenseitig (und Lehrer) im Hinblick auf den Erfolg der entwickelten Spielzüge</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeit in Kleingruppen/ Teams • Induktives Verfahren – SuS entwickeln Spielzüge für das unbekannte Spiel • Deduktives Verfahren – SuS erhalten vom L feste Positionen und spielen vorgefertigte Spielzüge 	<ul style="list-style-type: none"> • Regeln und Unterschiede zwischen Hallenhandball und Feldhandball • Geschichte des Feldhandballs: Möglichkeit zur Vergabe eines Einstiegs- Referats • Möglichkeiten von Spielzügen draußen 	<ul style="list-style-type: none"> • Feldhandball – Einteilung Spielfeld • Taktiktafeln für Spielzüge im Feldhandball • Ausstattung/ Equipment Feldhandball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft und Wille in der Gruppe zu arbeiten und Ergebnisse vorzustellen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschlussspiel: Einsatzbereitschaft und Wille das unterschiedliche Spiel praktisch zu erfahren und leistungsmäßig an Hallenhandball anzuknüpfen

Jahrgangsstufe:Q2.1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:7	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Erarbeitung, Erprobung und Beurteilung einer progressiv aufgebauten Spielreihe zum Zielspiel Handball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.5: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erarbeitung, Erprobung und Beurteilung einer progressiv aufgebauten Spielreihe zum Zielspiel Handball “

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erarbeiten in Gruppen sukzessiv aufbauende und in Abhängigkeit stehende Spiele • Die SuS erproben diese Spiele praktisch • Die SuS beurteilen die entwickelten Spiele nach zuvor entwickelten Kriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeit in Kleingruppen • Schüler als Experten- SuS stellen ihre entwickelten Spiele vor • Kriterienkatalog (inkl. Indikatoren zum Abprüfen der Tauglichkeit des Spiels in der Progression der Reihe) 	<ul style="list-style-type: none"> • Gegnereinwirkung • Progression der Fertigkeiten • Steigendes Anforderungsniveau der Übungen • Überzahl-Unterzahlspiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene entwickelte Spiele • Möglichkeiten: Tigerball – Grundspiel, Aufsetzerball (Grundspiel und mit „Indianern“), Tiger-/Parteiball ohne feste Positionen, Aufsetzerball mit mehreren „Indianern“, Parteiball auf Handballtore • Anregungen im GUV- Informationsheft: Handball – attraktiv und sicher vermitteln 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation und Bereitschaft zu „Mehrarbeit“ in den Entwicklungsphasen der Spiele • Bereitschaft Spiele vorzustellen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prüfung der Spiele auf Einhaltung zuvor erarbeiteter Kriterien • Praktische Erprobung und Einsatzbereitschaft in Spielen

Jahrgangsstufe: Q2.1	Dauer des UV:5	Vernetzung mit UV:12	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV:

Einführung in turnerische Grundelemente an verschiedenen Geräten

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen
- GK BWK 5.5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Einführung in turnerische Grundelemente an verschiedenen Geräten“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erarbeiten turnerische normgebundene Grundfertigkeiten am Boden, am Reck und am Pferd/Bock und können ebenso Klimmzüge durchführen (Vorbereitung auf den Eignungstest Sport an Universitäten) • SuS erlernen/erarbeiten Maßnahmen zum Helfen und Sichern am Turnen <p>SuS entwickeln eine turnerische Bewegungsgestaltung (entweder am Boden oder als Gerätekombination) unter Einhaltung der Gestaltungskriterien Raum, Zeit, Dynamik und formaler Aufbau</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Videos und Einspieler bspw. der SpoHo Köln zur korrekten Ausführung der turnerischen Grundbewegung • Stationenlernen zu den turnerischen Grundfertigkeiten • Deduktives Verfahren bei den Maßnahmen zum Helfen und Sichern <p>Gruppenarbeit – Arbeit in der Kleingruppe</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien in Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau • Kriterien und Indikatoren • AB zum Helfen und Sichern 	<ul style="list-style-type: none"> • Videos • Geräte: Bodenmaterial – Matten, Reck, Bock, Pferd • Erprobung verschiedener Halte- und Grifftechniken • Turnerische Bewegungen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Bewegungsausführung an den einzelnen normgebundenen Geräten • Bereitschaft und Ehrgeiz in der Gruppenarbeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beurteilung der Gruppenkür nach Kriterien und Ausführung nach Indikatoren – Unterscheidung zwischen Gruppen- und Individualnote → Kür wird zum Abgleich gefilmt

Jahrgangsstufe:Q2.1	Dauer des UV:4	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngelungen sportlichen Handelns (c)	

Thema des UV:

Aggression und Motivation im Handball – eine Einführung in die Grundlagen der Sportpsychologie

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngelungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Aggression und Motivation im Handball – eine Einführung in die Grundlagen der Sportpsychologie“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erarbeiten selbständig die theoretischen Gegenstände des Unterrichtsvorhabens • Die SuS können einzelne Themenfelder (siehe Gegenstände Theorie) im Plenum vorstellen 	<ul style="list-style-type: none"> • Keine, da Theorieeinheit • SuS-Referate möglich 	<ul style="list-style-type: none"> • Aggression im Sport (Definition(en)) • Theorien: - Frustrations-Aggressionstheorie, - Trieb- Instinkt Theorie, Lerntheorie • Deindividuation • Gruppenzusammensetzung im Sport • Motivation im Sport 	<ul style="list-style-type: none"> • - 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Möglich über einen Kurztest oder Klausur am Ende der Theorieeinheit

Jahrgangsstufe:Q2.2	Dauer des UV:7	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

Thema des UV:

Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Toprope-Klettern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „ Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Toprope-Klettern “

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erarbeiten grundlegende Sicherungstechniken: Knotenkunde, Partnercheck, Kommandos und Ablassen • In der Praxis erlernen die SuS beim Bouldern unterschiedliche Techniken (wie bspw. das Vorder- und Hinterkreuzen in der Horizontalen) und grundlegende Grifftechniken • Beim Toprope-Klettern erarbeiten sie anschließend die Froschtechnik, den Foothook und Möglichkeiten gegen die „offene Tür“ <p>Die SuS setzen sich mit Routen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade auseinander, d.h. sie wenden unter Mithilfe der Sichernden die Klettertechniken an und versuchen sich sukzessive an schwerer werdenden Routen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • SuS arbeiten in Gruppen (3er bzw. 4er Teams – Sicherungsteams • Sicherungstechniken etc. über deduktive Verfahren (Videos, Demonstration – Imitation, Schaubilder) • Vorstellung unterschiedlicher Klettertechniken durch Schüler <p>Sammeln erster Klettererfahrungen (Bouldern) über spielerisches Vorgehen (verschiedene Spiel- und Übungsformen)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Risiko-Wagnis Theorie • Risikofaktorenmodell • Klettertechniken • Bouldern (Geschichte und Technik) • Toprope-Klettern 	<ul style="list-style-type: none"> • Risiko und Wagnis praktisch erleben • Foothook • Sicherungstechniken wie bspw. Doppelachter (Knotenkunde) • Klettertechniken 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft (auch zur Übernahme von Referaten) und Engagement im Sichern und Klettern • Motivation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschließende Lernerfolgskontrolle zur Kletter- sowie Sicherungstechnik, Leistung durch erreichte Kletterroute (nach Schwierigkeitsgrad)

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UV:5	Vernetzung mit UV:9	Laufende Nummer des UV:13
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Erarbeitung, Durchführung und Bewertung von spielnahen Übungsformen sowie Wettkampfformen des Handballs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erarbeitung, Durchführung und Bewertung von spielnahen Übungsformen sowie Wettkampfformen des Handballs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erkennen Defizite im Spielverhalten und reflektieren Ursachen • SuS erarbeiten Möglichkeiten durch Variation von Spielsituationen ihre Defizite wettkampfnah zu kompensieren • SuS führen die erarbeiteten Spielformen durch <p>SuS beurteilen die Spielformen bezüglich ihrer Wirksamkeit</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeit in der Kleingruppe • Beobachtung durch Aufzeichnung – Spielbeobachtung 	<ul style="list-style-type: none"> • Digelsches Regelschema 	<ul style="list-style-type: none"> • Spieldarstellung • Variationen gegebener Regelstrukturen (Bsp. Handball mit Dribbelverbot) • Spielnahe Übungsform: z.B. Überzahl- und Unterzahlspiel • Wettkampfform: z.B. Tempogegenstoß (Verbot), doppelter Torerfolg nach Kreuzbewegung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft und Motivation bei der Durchführung und Organisation • Bereitschaft und Ehrgeiz in der Gruppenarbeit • Kriterienorientierte Bewertung der Spielformen bzgl. ihrer Wirksamkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ggf. Möglichkeit der Überprüfung mit Hilfe eines Vorher-Nachher Vergleichs bezüglich der erkannten Defizite

Jahrgangsstufe: Q2.2	Dauer des UV:5	Vernetzung mit UV:4	Laufende Nummer des UV:14
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufen und Schwimmen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren
- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufen und Schwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS sollen ihre sportartspezifische Ausdauerfähigkeit entweder im Laufen oder Schwimmen unter Berücksichtigung von Kenntnissen zu Trainingsprinzipien verbessern • SuS laufen/schwimmen zu Beginn eine MZA – erbringen eine vereinbarte Ausdauerleistung • SuS werden im Prozess der Ausdauersteigerung mit Hilfe von Trainingsprinzipien unterstützt und begleitet <p>SuS prüfen Wirksamkeit der erlernten Trainingsprinzipien</p>	<p>- Durchführung verschiedener Trainingsprinzipien</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trainingsprinzipien und Trainingsorganisation / Trainingsplan (bspw. Superkompensation, Prinzip des wirksamen Reizes) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertrainings-einheiten unter Zugrundelegung verschiedener Trainingsprinzipien und verschiedener Methoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Ausdauerverbesserung • Bereitschaft und Ehrgeiz die eigene Leistung zu steigern <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Ausdauerleistungsverbesserung als vorher-nachher-Vgl. • Überprüfung der Einschätzung der SuS-Beiträge zur Wirksamkeit der erlernten Trainingsprinzipien

Kursprofil - Sequenzbildung¹³

BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
BF <u>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)</u>	IF <u>Leistung (d)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ c/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹⁴	
	BWK UK	SK/ MK/ UK		w	f
Q1.1	3.1	MK d1 UK d1	UV1: Grundlagen der Bewegungsanalyse und – korrektur am Beispiel des Hochsprungs		
	7.1	SK e1	UV2: Volleyball-Grundtechniken in Kleinfeldspielen wiederholen und festigen		
	6.1	SK b1 UK b1	UV3: Ropeskipping – vom fitnessorientierten Seilspringen zur gymnastischen Bewegungskomposition		
Q1.2	7.1	SK a3	UV4: Spiel übers Netz: Einführung Schlagen - Vom aggressiven Pritschen zum Angriffsschlag		

¹³ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

¹⁴ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

	3.2	SK a1 UK a1	UV5: Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens		
	3.3	MK d2 SK d2 SK f1 UK f1	UV6: Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens		

Q2.1	7.2	UK e1 SK c1	UV7: Spielen im Sand - Beachvolleyball als Variante des Hallenvolleyballs erfahren und erleben		
	3.5	SK d1 SK a3	UV8: Vom Schlagwurf zum Speerwurf		
	7.2	MK e1 MK e2	UV9: Vom Kleinfeldturnier zum 6:6		
	7.1	<i>SK a2</i>	UV10: Block und Feldabwehr im VB		
Q2.2	7.3	SK e1	UV11: Spielsysteme beim Spiel sechs gegen sechs		
	7.4	<i>SK c2</i>	UV12: Alternative Spiele und Spiele aus anderen Kulturen erproben (Ultimate Frisbee, Flag-Football, Federfußball, Tchoukball, Indiacca, Faustball...)		
	3.3	UK d1 UK f1	UV13: Leistungsdiagnostik im Ausdauersport		

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:5	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Wählen Sie ein Element		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß Wählen Sie ein Element aus Wählen Sie ein Element aus	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Grundlagen der Bewegungsanalyse und –korrektur am Beispiel des Hochsprungs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Grundlagen der Bewegungsanalyse und –korrektur am Beispiel des Hochsprungs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erlernen zunächst den Schersprung und lernen alte Techniken (Straddle/Wälzer) kennen • SuS gliedern die Bewegung des Flops durch die Phasenstruktur nach Meinel/Göhner und trainieren die einzelnen Phasen anhand verschiedener Übungsformen. <p>Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und –analyse im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen Funktionsphasen (Anlauf, Absprung, Landung) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen <p>Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse nach Meinel • Funktionsanalyse nach Göhner • Fehleranalyse und -korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Schersprung • Straddle • Wälzer • Fosbury-Flop 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der erreichten Höhe beim Hochsprung

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:14	Vernetzung mit UV:4 und 9	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Volleyball-Grundtechniken in Kleinfeldspielen wiederholen und festigen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Volleyball-Grundtechniken in Kleinfeldspielen wiederholen und festigen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
Die SuS wiederholen die Grundtechniken im Spiel	<ul style="list-style-type: none"> • Spielformen des Miteinanders: <ul style="list-style-type: none"> - 1 mit 1 - 2 mit 2 - 3 mit 3 • Wettkampf-Spielformen gegeneinander: <ul style="list-style-type: none"> - 1 gegen 1 - 2 gegen 2 - 3 gegen 3 • Spielfeldgrößen variieren (schmal – lang, kurz – breit oder die Angriffszone aussparen u.ä.) • Spiele mit variierenden Technikvorgaben, z.B. nur oberes oder nur unteres Zuspiel erlaubt. • Variieren der Netzhöhe Selbst- und Fremdbeobachtung anhand von Analysebögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Antizipationsfähigkeit thematisieren • Fehleranalyse und Korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Pritschen • Baggern • Aufschlag von unten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikbewertung

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:14	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik BF/SB 6: Gymnastik	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV:

Rope Skipping – vom fitnessorientierten Seilspringen zur gymnastischen Bewegungskomposition

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Rope Skipping – vom fitnessorientierten Seilspringen zur gymnastischen Bewegungskomposition“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS sollen selbstständig Sprünge erproben und sich gegenseitig vorstellen • SuS sollen Grundsprünge und Variationen erlernen • SuS sollen die Grundsprünge fitnessorientiert festigen und im Wettkampf anwenden <p>SuS erstellen eine eigene Gestaltung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Bildkarten oder CD) • Wettkampfbildkarten: Wer schafft die meisten Sprünge jeder abgebildeten Variante in einer bestimmten Zeit? • von der Einzelarbeit zur Großgruppenarbeit <p>Erstellen einer Gestaltung in Gruppenarbeit unter Berücksichtigung der Gestaltungskriterien (insbes. Raum und Zeit)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien in Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau • Ropeskipping und Ausdauer 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprungtechnik • Ausdauer 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ergebnisse Wettkampfkarten • Einbeziehung/Berücksichtigung der Gestaltungskriterien in der Gruppengestaltung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Gestaltung • kriteriengerechtes Beurteilen der eigenen und fremden Gruppengestaltungen

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:16	Vernetzung mit UV:2 und 9	Laufende Nummer des UV:4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)	

Thema des UV:

Spiel übers Netz: Einführung Schlagen – vom aggressiven Pritschen zum Angriffsschlag

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Spiel übers Netz: Einführung Schlägen – vom aggressiven Pritschen zum Angriffsschlag“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> Die SuS gliedern die Bewegung des Angriffsschlages und trainieren die einzelnen Phasen anhand von verschiedenen Übungsformen 	<ul style="list-style-type: none"> Stationenlernen für die einzelnen Bewegungsabläufe (Stemmschritt, Schlagbewegung, Landung), z.B.: <ul style="list-style-type: none"> Schlagen gegen die Wand Schlagen gehaltener Bälle Stemmschritt mit Tennisbällwürfen Selbst- und Fremdkorrektur (Analysebögen) 	<ul style="list-style-type: none"> Phasenanalyse Fehleranalyse und Korrektur 	<ul style="list-style-type: none"> Angriffspritschen Lob und Legen Angriffsschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> Technikbewertung

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:1	Laufende Nummer des UV:5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren
- GK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 100m Sprint), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Training leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung des differentiellen Trainings und Lernens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS führen einen leichtathletischen Dreikampf in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen durch • Die SuS erproben und beurteilen verschiedene Methoden des motorischen Lernens, insbesondere die des differentiellen Trainings <p>Die SuS beurteilen das Training leichtathletischer Disziplinen und damit die unterschiedliche (Trainings-) Methodik im Hinblick auf eine individuelle Leistungssteigerung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des motorischen Lernens: Teillernmethoden, ganzheitliche Methoden, Methodische Übungsreihen, etc. • Methode des differentiellen Lernens als konträre Vermittlungs- und Trainingsmethode • Schüler als Experten – Schülergruppe stellt differentielles Training mithilfe eines Impulsreferats vor und führt durch die Einheit <p>Training an Stationen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenstruktur Kugelstoßen, Sprint, Weitsprung • Differentielles Lernen nach Beckmann und Schöllhorn • Teillernmethode und ganzheitliche Methoden 	<ul style="list-style-type: none"> • 100m Sprint • Weitsprung • Kugelstoßen • Training mittels verschiedener Methoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Qualität der Impulsreferate • Qualität der Durchführung von Trainingseinheiten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletischer Dreikampf (Raster und Notenpunkte auf der Homepage zu finden)

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:13	Laufende Nummer des UV:6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV:

Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden kurze Unterrichtsgespräche 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des Herzkreislaufsystems • Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • Herzfrequenzmessung und Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • Belastungsparameter (Trainingsdauer, -intensität, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (s. Theorie) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wahlweise 12- oder 30-Minuten Lauf

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:2 und 9	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngewinnungen sportlichen Handelns (c) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV:

Spielen im Sand – Beachvolleyball als Variante des Hallenvolleyballs erfahren und erleben

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Spielen im Sand – Beachvolleyball als Variante des Hallenvolleyballs erfahren und erleben“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS lernen Unterschiede bzgl. der Hallen- und Beachregeln • SuS erlernen grundlegende Beachtechniken <p>Der Fokus liegt auf der Taktik im Spiel.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsblatt Regelkunde • Grundtechniken anhand von Übungsreihen erlernen <p>Taktikbögen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde • Bewegungsanalyse der Beachtechniken 	<ul style="list-style-type: none"> • Poke Shot • Annahme/Abwehr hoher Bälle: Beachdig und Tomahawk • Absprachen und Laufwege innerhalb des Spiels 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung von Kooperation, Spielverhalten, Anpassungsfähigkeit und Frustrationstoleranz im Spiel und in kognitiven Phasen • Umsetzung der Taktik <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelüberprüfung

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:2	Laufende Nummer des UV:8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Vom Schlagwurf zum Speerwurf

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.5: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten
- GK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in je einer Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplin unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Schlagwurf zum Speerwurf“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • zunächst Wiederholung des Schlagwurfs und Ableitung der Bewegungsmerkmale • Erweiterung um den 3-Schritt-Rhythmus, später 5-Schritt-Rhythmus • Phaseneinteilung des Speerwurfs und Ableitung von Grundätzen/Kriterien für einen gelungenen Speerwurf <p>Selbst- und Fremdbeobachtung und -korrektur mittels Beobachtungsbögen und Videoanalyse</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Wiederholung Schlagwurf) • methodische Übungsreihe (Einführung Speerwurf) • Bewegungsanalyse mittels Beobachtungsbogen und Videoaufnahme <p>Selbst- und Fremdbeobachtung und Fehlerkorrektur</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse mittels Phaseneinteilung nach Meinel/Göhner • Bewegungsbeschreibung Speerwurf • Fehlerkorrektur • Entwicklung von Beobachtungsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederholung Schlagwurf an Stationen • methodische Übungsreihe Speerwurf (Steckwürfe, Zielwürfe, etc.) • Bewegungsanalyse durch Partner und durch Videoaufzeichnung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung • Auswertung der Videoaufzeichnungen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Speerwurf auf Technik

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:18	Vernetzung mit UV:7 und 11	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Vom Kleinfeldturnier zum Spiel 6 gegen 6

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Kleinfeldturnier zum Spiel 6 gegen 6“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erproben verschiedener Turnierformen (Kaiserball, KO-Systeme u.ä.) • SuS erlernen erste Formen des Spiels 6 gegen 6 • SuS erproben das variable Agieren in Standardsituationen • SuS erlernen den Technikablauf des Aufschlags von oben 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungstafeln • separate Spielzüge erlernen und sukzessive zusammensetzen <p style="text-align: center;">Stationenlernen für die Technik des Aufschlags von oben</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Standardsituationen • Aufstellungsregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Technik beim Aufschlag von oben 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung im Unterrichtsgespräch und Agieren innerhalb der Standardsituationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technik Aufschlag

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:14	Vernetzung mit UV:4	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Block und Feldabwehr im Volleyball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Block und Feldabwehr im Volleyball“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS sollen die Blocktechnik in ihrer Phasenstruktur erlernen (Einerblock, Zweierblock) • Die SuS sollen die Blocktechnik im Spiel anwenden können. <p>Die SuS sollen erkennen, wie sie sich in der Feldabwehr bzw. Blocksicherung positionieren müssen, wenn ein Block gestellt wird.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen (Blocken gegen die Wand, Blocken eines gehaltenen Balles, sich gegenseitig über dem Netz in Blockhaltung berühren und wegdrücken u.ä.) • Komplexübung (Block-Feldabwehr / Sicherung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbögen • Taktik der Feldabwehr und Sicherung 	<ul style="list-style-type: none"> • Einerblock • Zweierblock • Blocksicherung • Feldabwehr 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung des Abwehrverhaltens in der Spielpraxis (auch Antizipatives Verhalten) • Qualität der Beiträge in Unterrichtsgesprächen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • schriftliche Überprüfung bzgl. der Stellung von Sicherungsketten • Technikbewertung Block

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:14	Vernetzung mit UV:9 und 10	Laufende Nummer des UV:11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<i>Inhaltsfelder</i> Kooperation und Konkurrenz (e)		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV:

Spielsysteme beim Spiel sechs gegen sechs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Spielsysteme beim Spiel sechs gegen sechs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS sollen verschiedene Spielformen bzw. Spielaufstellungen mit ihren Vor- und Nachteilen kennenlernen. • Die SuS sollen exemplarisch 2:4-Spielsysteme erproben (Seitenläufer, vorgezogene 6, zurückgezogene 6) <p>Die SuS sollen fehlerhafte Aufstellungen erkennen können.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • „Aufstellungsregeln“ (evtl. als Referat) • Spielaufstellungsbögen (Papierform oder/und an der Tafel, Flip-Chart, Magnettafeln) • Testbögen <p>Demonstration durch SuS auf dem Feld</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pärchenregel • Reihenregel 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben der Spielsystemvarianten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung des Spielverhaltens bzgl. der korrekten Aufstellung und der Laufwege <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufstellungsbögen auf Korrektheit überprüfen (Test)

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:14	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
<i>Inhaltsfelder</i> Kooperation und Konkurrenz (e)		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV:

Alternative Spiele und Spiele aus anderen Kulturen erproben

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Alternative Spiele und Spiele aus anderen Kulturen erproben“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS stellen verschiedene Spiele in Referatsform vor • Die SuS erproben ausgewählte Spiele • Die SuS analysieren und variieren die Spiele nach verschiedenen Motiven 	<ul style="list-style-type: none"> • Schülerreferate • Kleinfeldspiele • Spielreihen 	<ul style="list-style-type: none"> • spielbestimmende Größen: Spielidee/„Spielfamilie“, wie Rückschlagspiele, Torspiele, Fangspiele, Laufspiele u.ä. Spielgeräte, Spielfeldgröße, Torvarianten Mannschaftsgröße, Fortbewegungsregeln In mit und ohne „Spielgerät“ Foulregeln ... • Geschichte ausgewählter Spiele • Spielmotive 		<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung in Spielsituationen und Gesprächsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schülerreferate

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:6	Laufende Nummer des UV:13
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV:

Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 1.2: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.
- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Leistungsdiagnostik im Ausdauersport - Formen der Leistungsdiagnostik im Laufsport und Radsport“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Erprobung und Beurteilung von Formen der Ausdauerleistungsdiagnostik • SuS stellen Testverfahren in Impulsreferaten vor • Gesundheitliche Auswirkungen verschiedener Formen von Ausdauersport 	<ul style="list-style-type: none"> • Methoden der Leistungsdiagnostik 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test und 30-Minuten-Lauf • Distanzläufe • Step-Test • Conconi-Test • Laktat-Stufentest beim Laufen und Radfahren • Herzkreislaufsystem, Energiebereitstellung 	<ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test und 30-Minuten-Lauf • Distanzläufe • Step-Test • Conconi-Test 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Qualität der Impulsreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Ausdauerleistungsfähigkeit (5000m – Lauf)

BF Bewegen an Geräten – Turnen (5)

BF Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7) Schwerpunkt Badminton

Kursprofil - Sequenzbildung¹⁵

BF <u>Bewegen an Geräten – Turnen (5)</u>	IF <u>Bewegungsstruktur und Bewegungskönnen (a)</u>
BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ d/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE BWK SK/ MK/ UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹⁶	
				w	f
Q 1.1	4.7 5.2	SK b.1, a.3 MK b.1 UK b.1	Entwicklung einer Partnergestaltung mit Sprungkombinationen anhand einer Boden – Kasten Kombination		
	1.1 1.3 1.6	SK f.2 MK f.1 UK f.1	Anstrengung und Kraft im Bodenturnen – Welche Muskelgruppen beansprucht ein guter Handstand		
	7.1	SK a.1, a.3 MK a.1, f.1 UK a.1	Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse		
	3.3. 4.2	SK f.1, d.2 MK d.1, d.2	Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens		
Q 1.2	5.4	SK c.1, c.2 MK c.1 UK c.1	In luftiger Höhe – Hindernisparcours selber entwickeln und erproben		

¹⁵ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

¹⁶ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

	7.2 7.3 7.4	SK a.1, a.2 MK a.1, f.1 UK d.1	Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings		
	5.2 5.4	SK b.1 MK b.1 UKd.1, b.1	Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente		
Q 2.1	5.5 5.1 4.9	SK d.1, a.1 MK a.1 UK a.1, b.1	Fliegen im Raum – Bewegungserweiterung auf dem großen Trampolin		
	5.1 5.3 5.5	SK d.2, a.2 MK a.1 UK a.1, b.1	Bodenturnen und Schwebebalken – Bewegungen in der Ebene und auf der Geraden		
	7.1 7.2	SK c.1, e.1 MK e.2 UK e.1	Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed		
Q 2.2	7.2 7.3	SK e.1 MK e.1 UK b.1, e.1	Vom Volleyball zum Indica - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren		
	5.4 5.5	SK a.3, a.2 MK a.1 UK a.1	Zirkus in der Schule – Akrobatische Elemente in Szene setzen		

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)	

Thema des UV:

Entwicklung einer Partnergestaltung mit Sprungkombinationen anhand einer Boden – Kasten Kombination

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.7: Die Schülerinnen und Schüler können freie oder normierte Sprünge einzeln und in der Gruppe auswählen und präsentieren
- GK BWK 5.2: Die Schülerinnen und Schüler können eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „ Entwicklung einer Partnergestaltung mit Sprungkombinationen anhand einer Boden – Kasten Kombination“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erlernen zunächst Grundsprünge am großen Kasten (Hocke, Bücke, Flanke, Wende, ..) mit und ohne Hilfsmittel (Reuterbrett, Minitrampolin) • SuS erarbeiten verbindende Elemente (Schrittkombination, Sprung, Hüpfen, ..) und turnerische Elemente (Rolle, Handstand, Radschlag, ..) am Boden • Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und –analyse im ersten Teil des Unterrichtsvorhabens • Fokus auf der Gestaltung und Ausarbeitung einer Partnergestaltung an einer frei gewählten Boden - Kastenkombination im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe aufgrund von Bewegungsbeschreibungen in Bewegung umsetzen • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse • Bewegungsbeschreibung selber erstellen und überprüfen <p style="text-align: center;">Bewegung selbständig erarbeiten und gegenseitig in Kleingruppen vorstellen und einüben</p>	<p>Bewegungsunterschiede bei :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rotationen um die Längs-, Querachse • Schraubbewegung • Biomechanische Kenntnisse über Rotationsbewegungen erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Hocke, Bücke, Flanke, Wende • Verbindende Bodenelemente • Salto, halbe Drehung, ganze Drehung (um die Längsachse), Schraube, Handstützüberschlag • Turnerische Elemente (Radschlag, Rolle, Handstand) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschriftlichung der Partnergestaltung mit Bewegungsbeschreibung und graphischer Darstellung • Präsentation der Partnergestaltung

Jahrgangsstufe:Q 1.1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	

Thema des UV:

Anstrengung und Kraft im Bodenturnen – Welche Muskelgruppen beansprucht ein guter Handstand

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 1.1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen
- GK BWK 1.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- GK BWK 1.6: Die Schülerinnen und Schüler können funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.2.: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Anstregung und Kraft im Bodenturnen – Welche Muskelgruppen beansprucht ein guter Handstand“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS sollen turnerische Elemente wie Handstand, Handstützüberschlag, .. erlernen • SuS sollen die erlernten turnerischen Elemente auf ihre Auswirkung auf den Körper untersuchen (beanspruchte Muskelgruppen, gesundheitliches Risiko bei zu starker Belastung) • SuS erarbeiten einen Fitnessparcours mit dem die muskuläre Disbalancen durch die turnerischen Elemente ausgeglichen werden können SuS sollen einen Transfer des Erlernten auf den eigenen Alltag erarbeiten – „Wo können bei mir muskuläre Disbalancen entstehen und wie könnte ich sie ausgleichen“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen – Erlernen turnerischer Elemente • Partnerarbeit – beanspruchte Muskelgruppen erkennen Gruppenarbeit - Fitnessparcours 	<ul style="list-style-type: none"> • Muskelgruppen, • Aufbau des Körper • Entwicklung von muskulären Disbalancen im allgemeinen und im speziellen (eigener Alltag) 	<ul style="list-style-type: none"> • Handstand • Handstützüberschlag • Rolle vw, rw • ... • Kraftübungen • Dehnübungen • Mobilisierungsübungen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung des individuellen Leistungsniveaus • Beteiligung in kognitiven Phasen • Grad und Effektivität der Körperspannung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der turnerischen Elemente • Vorstellung und Ausarbeitung eines Fitnessparcours • Ausarbeitung einer Analyse des eigenen Alltags auf muskuläre Disbalancen

Jahrgangsstufe: Q 1.1	Dauer des UV: 14	Vernetzung mit UV: 5, 9, 10	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV: Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • über eine Verbesserung der Grundtechniken zum erfolgreichen Spiel • Spielgemäßes Üben unter Veränderung des Spielfelds, des Spielziels, der Spielregeln • isoliertes Übungsformen zur Verbesserung zentraler technischer Fertigkeiten • Partnerbeobachtung und Partnerkorrektur mittels beobachtungsbögen • Stationenlernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Schlagübungen für die einzelnen Schlagtechniken (Zergliederungsmethode) • spielgemäßes Üben einzelner Schlagtechniken nach gezielten Veränderungen des Zielspiels • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen der Grundschläge • Bewegungsphasen und ihre Funktionen • Fehleranalyse und -korrektur • Spielregeln und Zählweise 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundstellung • ZP • Schlägerhaltung • Schleifenbewegung und Basic-Drehung • vh-ük-Schläge: Clear, Smash, Drop • hw Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung im Spiel- und Übungsprozess <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung der Grundschläge

Jahrgangsstufe:Q1.1	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV: Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden • kurze Unterrichtsgespräche 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des Herzkreislaufsystems • Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • Herzfrequenzmessung und Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • Belastungsparameter (Trainingsdauer, -intensität, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (s. Theorie) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wahlweise 12- oder 30-Minuten Lauf

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV:12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngelungen sportlichen Handelns (c) Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)	

Thema des UV:

In luftiger Höhe – Hindernisparcours selber entwickeln und erproben

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngelungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „In luftiger Höhe – Hindernisparcours selber entwickeln und erproben“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS sollen anhand von ausgewählten Wagnissituationen die eigenen und fremden Wagnisgrenzen erfahren und einschätzen lernen • SuS sollen Motivation zur Grenzüberschreidung erarbeiten und Kriterien der Motivation zum Sporttreiben erarbeiten • SuS sollen eigene Wagnissituationen erarbeiten und diese vorstellen • SuS sollen durch die Erprobung der unterschiedlichen Wagnissituationen erkennen, dass es individuelle Wagnisgrenzen gibt 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit • Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivationen zum Sporttreiben • Fremd- und Selbstwahrnehmung – anderer Mensch andere Wagnisgrenzen • Emotionale Effekte die durch sportliche Situationen ausgelöst werden 	<ul style="list-style-type: none"> • Hindernisparcours mit Hilfe von Turngeräten wie Parallelbarren, Bank, Reck, ... • Hindernisparcours an der Kletterwand 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft / Durchhaltevermögen • Einschätzungsvermögen bei sich und anderen • Bereitschaft zur eigenen Grenzerweiterung • Beteiligung in den theoretischen Diskussionsrunden <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung und Vorstellung des Hindernisparcours • Dokumentation des Hindernisparcours

Jahrgangsstufe: Q 1.2	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV: Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen
- GK BWK 7.3: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden
- .

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Über eine Problematisierung zur Erweiterung des Schlagrepertoires in Verbindung mit der Lauftechnik • Diskussion zur Bedeutung der motorischen Grundeigenschaften im Badminton unter besonderer Berücksichtigung von Koordination und Beweglichkeit • Erweiterung des Schlagrepertoires unter besonderer Berücksichtigung doppelspezifischer Schlagarten 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsmethoden zur Verbesserung der Lauftechnik in Verbindung mit neuen Schlagtechniken • Partnerbeobachtung und Partnerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur • motorische Grundeigenschaften 	<ul style="list-style-type: none"> • Lauftechnik • Viererrhythmus • Umspringen • Ausfallschritt • Spiel am Netz • rh-uh Clear • rh-ük Clear • rh-ük Drop • Drive 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Partnerkorrektur • Engagement und Erfolg im Übungs- und Spielbetrieb <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Lauf- und Schlagtechnik

Jahrgangsstufe: Q 1.2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c) Bewegungsgestaltung (b) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.2: Die Schülerinnen und Schüler können eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren
- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über motivierende und die Kreativität anregende kurze Filmsequenzen • Berücksichtigung turnerischer Grundelemente wie Rollen, Überschläge, Sprünge und Schwünge bei der Planung eines Parkours • Kreativität bei der Überquerung des Parkours (z.B. Partnerhilfe, tänzerische oder pantomimische Präsentation etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Videopräsentationen • Stationenlernen • Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Durchführungs- und Beurteilungskriterien wie Flüssigkeit, Kreativität, Schwierigkeitsgrad 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwingen • Sprünge • Rollen • Überschläge 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Anstrengungsbereitschaft beim Auf- und Abbau des Parkours und beim Üben • Kooperationsbereitschaft und Kreativität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchlaufen des Parkours

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1) Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen	
Inhaltsfelder Leistung (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV:

Fliegen im Raum – Bewegungserweiterung auf dem großen Trampolin

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden
- GK BWK 5.1: Die Schülerinnen und Schüler können eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelelementen auf technisch-kordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren
- GK BWK 4.9: Die Schülerinnen und Schüler können eine selbstständig entwickelte Bewegungskomposition unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein oder gemeinsam präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Fliegen im Raum – Bewegungserweiterung auf dem großen Trampolin“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS sollen Fußsprünge, Sitzsprünge und Rotationen auf dem Trampolin erlernen • SuS sollen eine vorgegebene Sprungfolge einüben • SuS eine eigene Kür aus den erlernten Sprüngen erstellen • SuS sollten die notwendigen Sicherungs- und Hilfestellungen erlernen und anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Nachahmen • Partnerspringen • Partner- / Gruppenkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Motorischer Entwicklungsstand verbessern durch das große Trampolin • Leistungsunterschiede und Leistungsverbesserung durch Training 	<ul style="list-style-type: none"> • Fußsprung • Sitzsprung • Rücken • Salto • Drehungen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Anstrengungsbereitschaft • Verbesserung des individuellen Leistungsniveaus • Einschätzungsvermögen bei sich und anderen • Beteiligung in kognitiven Phasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Pflichtsprungabfolge • Gestaltung der Kür • Präsentation der Kür

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)	

Thema des UV:

Bodenturnen und Schwebebalken – Bewegen in der Ebene und auf der Geraden

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.1: Die Schülerinnen und Schüler können eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren
- GK BWK 5.3: Die Schülerinnen und Schüler können am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren
- GK BWK 5.5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Bodenturnen und Schwebebalken – Bewegungen in der Ebene und auf der Geraden“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS lernen grundlegende turnerische Elemente am Boden • SuS erweitern ihre Bewegungsvielfalt am Boden durch leistungsdifferenzierten turnerischen Elementen • SuS übertragen die erlernten Elemente nach individuellen Möglichkeiten auf den Schwebebalken 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit • Methodenpuzzle • Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Motorisches Lernen – Methoden und Theorien • Trainingsplan erarbeiten und beurteilen 	<ul style="list-style-type: none"> • Turnerische Elemente für Boden und Schwebebalken 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Leistungszuwachs • Beteiligung an den Theoriephasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Bodenkür • Präsentation einer Bewegungsabfolge am Schwebebalken

Jahrgangsstufe: Q 2.1	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Regelvorgaben im Doppel und Mixed • Regelkunde unter besonderer Berücksichtigung der Zählweise, der Stellungsregel und des Aufschlagrechts • Eigene Stärken nutzen - Schwächen des Gegners ausnutzen: Welche Konsequenzen ergeben sich für die eigene Aufstellung und Spielweise im Doppel / Mixed? • Umgang mit Stärken und Schwächen: "gerechte" Spielpaare • Umgang mit Erfolg und Misserfolg 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielmethode • Partnerkontrolle zur Einhaltung der Aufschlag- und Stellungsregel 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Doppeltaktik • Mixedtaktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Verteidigungsstellung • Angriffsstellung • kurzer Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschen der Stellungsregel und Zählweise • Qualität der Partnerkontrolle • taktisches Verhalten im Doppel und Mixed • Kooperationsbereitschaft und Umgang mit den Schwächen des Partners <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe: Q 2.2	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: 3, 5, 9	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV: Vom Volleyball zum Indiacca - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren.

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Volleyball zum Indiacca - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über das Volleyballspiel und dessen Regeln zum Indiacca • Vermittlung der wesentlichen Grundschnläge in Übungsreihen • Abänderungen des Regelwerks nach Intention und Voraussetzungen • Rückschlagspiele selbst entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielreihe • Übungsreihe • Schülerreferate und Präsentationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde • Variationen von Regeln und deren Auswirkungen auf das Spiel • Analyse des Spielgedankens in unterschiedlichen Rückschlagspielen • Taktik als Ausnutzen von Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufgabe • Annahme / Abwehr • oberes Zuspiel und Stellspiel • Angriff 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • erfolgreiches Anwenden der technischen Fertigkeiten • Engagement und Kreativität beim Entwickeln von Spielen • Schülerpräsentationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielfähigkeit im Zielspiel

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:20	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV:

Zirkus in der Schule – Akrobatische Elemente in Szene setzen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.5: Die Schülerinnen und Schüler können Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden
- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Zirkus in der Schule – Akrobatische Elemente in Szene setzen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS sollen Grundelemente der Partner- und Gruppenakrobatik lernen • SuS sollen Helfen und Sichern in akrobatischen Situationen lernen • SuS sollen Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei akrobatischen Bewegungen erarbeiten • SuS sollen gemeinsam eine Zirkusaufführung erarbeiten als Kurs, dabei sollen sie eigenständig Absprachen für Kleingruppen und die Gesamtdarstellung treffen • SuS sollen die grundlegenden Gestaltungskriterien für eine Zirkusaufführung erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Stationenlernen • Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Wie Sicherheit und Vertrauen in Wagnissituationen durch Absprache und Verlässlichkeit in der Gruppe entsteht • Wie Körperspannung und Bewegungsausführung u Stabilität in der akrobatischen Figur schafft • Was ist notwendig um eine ansprechende Zirkusaufführung zu erarbeiten / was ist zu bedenken 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenpyramiden • Partnerpyramiden • Turnerische Elemente 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Bereitschaft sich auf die Situation und Gruppe ein zu lassen • Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Zirkusaufführung für die Klasse 5 • Dokumentation der Entwicklung der Aufführung

BF Bewegen im Wasser – Schwimmen (4)

BF Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)

Schwerpunkt Badminton

Kursprofil - Sequenzbildung¹⁷

BF <u>Bewegen im Wasser – Schwimmen (4)</u>	IF <u>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)</u>
BF <u>Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)</u>	IF <u>Kooperation und Konkurrenz (e)</u>
sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a/ b/ d/ f	

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen ¹⁸	
	BWK	SK/ MK/ UK		w	f
Q 1.1	4.1	SK a.1, a.3, MK a.1 UK a.1	Erweitern und Festigen der Technik des Brustschwimmens, des Starts, Wenden und des Tauchzugs		
	4.8	SK a.1 MK a.1, e.1 SK e.1	Vom Ball im Wasser zum Wasserball-Spiel (vom “Ohne Regeln Rugby” zum geordneten Wasserballspiel ,unter vereinfachten Regeln (im Nichtschwimmerbereich darf man stehen)).		
	7.2	SK e1 MK e1 UK e1	BM vom Miteinander zum Gegeneinander, Einsatz der verschiedenen Grundschläge im regelgerechten Spiel 1:1		
Q 1.2	4.2	SK a.3	Ausdauernd schwimmen: über 600m zum 800m- Bereich schwimmen, wechselnde Stile, wechselnde Tempi		

¹⁷ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

¹⁸ w = wettkampfbezogen; f = fakultativ

		MK a.3 UK f.1			
	7.2 7.3 7.4	SK a.1, a.2 MK a.1, f.1 UK d.1	Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings		
	5.2 5.4	SK b.1 MK b.1 UKd.1, b.1	Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente		
	7.1	SK a.1, a.3 MK a.1, f.1 UK a.1	Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse		
Q 2.1	4.1	SK a.3 MK a.1 Uk a.1	Das Kraulschwimmen erlernen bzw. verbessern.		
	4.5	SK f.1 MK f.1	Rettungsschwimmen: Erlernen und Anwenden der Techniken und der fachtheoretischen Grundkenntnisse,		
	7.1 7.2	SK c.1, e.1 MK e.2 UK e.1	Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed		
	3.3. 4.2	SK f.1, d.2 MK d.1, d.2	Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens		
Q 2.2	7.2 7.3 7.6	SK e.1 MK e.1 UK b.1, e.1	Vom Volleyball zum Indica - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren		
	5.4	SK c.1, e.1 MK c.1 UK c.1	Hoch hinaus - Vom Bouldern zum Topropeklettern		

	4.1	SK a.1 SK a.3 Mk a.1	Verbessern der Schwimmtechniken Kraul- und Rückenschwimmen mit Hilfe unterschiedlicher methodischer Konzepte; Starts und Wenden		
--	-----	----------------------------	--	--	--

Jahrgangsstufe: Q1.1	Dauer des UV:	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Erweitern und Festigen der Technik des Brustschwimmens, des Starts, der Wende und des Tauchzugs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.3: Die Schülerinnen und Schüler können physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen / um Bewegungen kreativ zu gestalten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
-

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erweitern und Festigen der Technik des Brustschwimmens, des Starts, der Wende und des Tauchzugs“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Brustschwimmens • Bewegungsanalyse des Starts (Brustschwimmen) • Bewegungsvorstellung der Wende • Differenzierung des Tauchzugs • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration • Zergliederung • Stationsarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen • Bildreihen • Videoaufnahme • Reflexion 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Paddle • Brett 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik (Brustschwimmen, Start, Wende, Tauchzug) • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Wasserball und andere Ballspiele im Wasser	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)	

Thema des UV:

Vom Ball im Wasser zum Wasserballspiel

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.8: Die Schülerinnen und Schüler können beim Ballspielen im Wasser Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten fair und kooperativ anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Ball im Wasser zum Wasserballspiel“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Ohne Regel Rugby • Spiel mit eigenen einfachen Regeln • Komplexes Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Deduktive Entwicklung von Spielregeln • Lernen an Stationen (Wurftechniken) 	<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde 	<ul style="list-style-type: none"> • Würfe • Wasserballkraul 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Regelkenntnis <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikprüfung zu Wurftechniken • Prüfung der Spielfähigkeit

Jahrgangsstufe: Q 1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: *BM vom Miteinander zum Gegeneinander, Einsatz der verschiedenen Grundschnitte im regelgerechten Spiel 1:1*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampferhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfergebnisse erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „BM vom Miteinander zum Gegeneinander, Einsatz der verschiedenen Grundschräge im regelgerechten Spiel 1:1“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS vertiefen und verbessern weiterhin ihre Grundtechniken und nutzen sie zum erfolgreichen Spiel. • Sie üben nach dem spielgemäßen Konzept und erweitern ihre Übersicht, um die Grundschräge situationsgerecht und effektiv anzuwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> • spielgemäßes Üben einzelner Schlagtechniken im Zielspiel • Videoanalyse (Selbst-/Fremdbeobachtung/-korrektur) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Turnier im Zielspiel 	<ul style="list-style-type: none"> • vortaktische Überlegungen zur Wahl der (effektiven) Grundschräge • Funktionsanalyse der Grundschräge zwecks optimalem Einsatz im effektiven Zielspiel • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur • Spielregeln und Zählweise 	<ul style="list-style-type: none"> • ZP • ggf. Schleifenbewegung und Basic-Drehung • vh-/rh-/uh/-ük-Schräge • Zielaufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung im Spiel- und Übungsprozess <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • effektiver Einsatz der Grundschräge im Zielspiel 1:1 • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe:Q1	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Ausdauernd schwimmen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Ausdauernd schwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • schrittweise Erhöhung der Diszancen • verschiedene Stile nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmen am Band • Pulsmessung • Tempowechselmethode • Intervallmethode • Dauermethode 	<ul style="list-style-type: none"> • verschiedene Trainingsmethoden (Referat) • Trainingspläne entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Anwenden der Trainingsmethoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Qualität der Trainingspläne <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung 800m-Schwimmen

Jahrgangsstufe: Q 1	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV: Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.3: Die SuS können im gewählten Mannschafts-/ Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen techn.-koordin. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erweiterung der Schlagarten und Verbesserung der Lauftechnik unter besonderer Berücksichtigung eines sportartspezifischen Beweglichkeits- und Koordinationstrainings“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Über eine Problematisierung zur Erweiterung des Schlagrepertoires in Verbindung mit der Lauftechnik • Diskussion zur Bedeutung der motorischen Grundeigenschaften im Badminton unter besonderer Berücksichtigung von Koordination und Beweglichkeit • Erweiterung des Schlagrepertoires unter besonderer Berücksichtigung doppelspezifischer Schlagarten 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungsmethoden zur Verbesserung der Lauftechnik in Verbindung mit neuen Schlagtechniken • Partnerbeobachtung und Partnerkorrektur 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Fehleranalyse und Fehlerkorrektur • motorische Grundeigenschaften 	<ul style="list-style-type: none"> • Lauftechnik • Viererrhythmus • Umspringen • Ausfallschritt • Spiel am Netz • rh-uh Clear • rh-ük Clear • rh-ük Drop • Drive 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Partnerkorrektur • Engagement und Erfolg im Übungs- und Spielbetrieb <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überprüfung der Lauf- und Schlagtechnik

Jahrgangsstufe: Q 1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Bewegen an Geräten – Turnen (BF/SB 5)		Inhaltliche Kerne BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c) Bewegungsgestaltung (b) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.2: Die Schülerinnen und Schüler können eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren
- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Entwicklung und Erprobung eines Parkours unter besonderer Berücksichtigung grundlegender turnerischer Elemente“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über motivierende und die Kreativität anregende kurze Filmsequenzen • Berücksichtigung turnerischer Grundelemente wie Rollen, Überschläge, Sprünge und Schwünge bei der Planung eines Parkours • Kreativität bei der Überquerung des Parkours (z.B. Partnerhilfe, tänzerische oder pantomimische Präsentation etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Videopräsentationen • Stationenlernen • Gruppenarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Durchführungs- und Beurteilungskriterien wie Flüssigkeit, Kreativität, Schwierigkeitsgrad 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwingen • Sprünge • Rollen • Überschläge 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Engagement und Anstrengungsbereitschaft beim Auf- und Abbau des Parkours und beim Üben • Kooperationsbereitschaft und Kreativität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchlaufen des Parkours

Jahrgangsstufe: Q 1	Dauer des UV: 14	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV: Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Federball oder Badminton? - Überprüfung, Erweiterung und Beurteilung der Grundtechniken und Regelkenntnisse“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • über eine Verbesserung der Grundtechniken zum erfolgreichen Spiel • Spielgemäßes Üben unter Veränderung des Spielfelds, des Spielziels, der Spielregeln • isoliertes Übungsformen zur Verbesserung zentraler technischer Fertigkeiten • Partnerbeobachtung und Partnerkorrektur mittels beobachtungsbögen • Stationenlernen 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen: Schlagübungen für die einzelnen Schlagtechniken (Zergliederungsmethode) • spielgemäßes Üben einzelner Schlagtechniken nach gezielten Veränderungen des Zielspiels • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen der Grundschnitte • Bewegungsphasen und ihre Funktionen • Fehleranalyse und -korrektur • Spielregeln und Zählweise 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundstellung • ZP • Schlägerhaltung • Schleifenbewegung und Basic-Drehung • vh-ük-Schnitte: Clear, Smash, Drop • hw Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelles Engagement und individuelle Leistungssteigerung im Spiel- und Übungsprozess <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung der Grundschnitte

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

Thema des UV:

Das Kraulschwimmen verbessern: Leistungssteigerung durch Aerodynamik

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BW 4.1: Die Schülerinnen und Schüler können Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-(Delfin-) schwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschl. Start und Wende wettkampfgerecht ausführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch)
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Das Kraulschwimmen verbessern: Leistungssteigerung durch Aerodynamik“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanalyse des Kraulschwimmens • Bewegungsanalyse des Starts (Kraulen) • Bewegungsdifferenzierung verschiedener Wenden (obligatorisch: Kraulwende) • Differenzierung des Tauchzugs • Übernahme der Aufwärmphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Demonstration • Zergliederung 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsbeschreibungen • Bildreihen • Beobachtungsbogen • Videoaufnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Poolboy • Brett • Paddles • Flossen • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motivation, Einsatzwille • Durchhaltevermögen • Verhalten bei Partnerarbeit • Verhalten in Reflexionsphasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung der Technik (Kraulen, Start, Wende, Tauchzug) • Leistungsüberprüfung Zeit (50m) • Gestaltung der Aufwärmphase

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 4: Rettungsschwimmen	
Inhaltsfelder Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)	

Thema des UV:

Rettungsschwimmen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 4.5: Die Schülerinnen und Schüler können Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug (z.B. Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung etc.) allein oder gemeinsam planen und bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Rettungsschwimmen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Schüler erlernen Techniken der Selbstrettung und Fremdrettung • Abschleppen • Teile der 1. Hilfestellung • ausgewählte Befreiungsgriffe 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Partnerarbeit • Demonstration • Referate 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstrettung, Fremdrettung • Teile der 1.Hilfe • Befreiungsgriffe 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen der Theorie im Nichtschwimmer in Partnerarbeit • später Demo im Schwimmerbereich 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • vertrauensvolle, zuverlässige Arbeit mit dem Partner <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration ausgewählter Rettungstechniken

Jahrgangsstufe: Q 2	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV: Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen
- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Mit dem Partner zum (Miss-)Erfolg im Doppel und Mixed“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Regelvorgaben im Doppel und Mixed • Regelkunde unter besonderer Berücksichtigung der Zählweise, der Stellungsregel und des Aufschlagrechts • Eigene Stärken nutzen - Schwächen des Gegners ausnutzen: Welche Konsequenzen ergeben sich für die eigene Aufstellung und Spielweise im Doppel / Mixed? • Umgang mit Stärken und Schwächen: "gerechte" Spielpaare • Umgang mit Erfolg und Misserfolg 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielmethode • Partnerkontrolle zur Einhaltung der Aufschlag- und Stellungsregel 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Doppeltaktik • Mixedtaktik 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln Doppel • Rallypoint-Zählweise • Viererzyklus • Verteidigungsstellung • Angriffsstellung • kurzer Aufschlag 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschen der Stellungsregel und Zählweise • Qualität der Partnerkontrolle • taktisches Verhalten im Doppel und Mixed • Kooperationsbereitschaft und Umgang mit den Schwächen des Partners <p>punktuell:</p>

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:10	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d)	

Thema des UV:

Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)
- GK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer (LZA 30 Minuten) in einer Schwimmart unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.
- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- GK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio).

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Erprobung und Beurteilung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings am Beispiel des ausdauernden Laufens und Schwimmens“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens • Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele • Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden • kurze Unterrichtsgespräche 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des Herzkreislaufsystems • Trainingsmethoden (Dauer- und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • Herzfrequenzmessung und Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • Belastungsparameter (Trainingsdauer, -intensität, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (s. Theorie) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wahlweise 12- oder 30-Minuten Lauf

Jahrgangsstufe: Q 2	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV: 12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsgestaltung (b)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV: Vom Volleyball zum Indiacca - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren.

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz BWK:

- GK BWK 7.3: Die SuS können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.4: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel & Doppel) grundl. Entscheidungs- und Handlungsmuster einschl. der hierzu erforderlichen techn.-koord. Fertigkeiten & taktisch-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Vom Volleyball zum Indiacca - ein alternatives Rückschlagspiel entdecken, erproben, variieren“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über das Volleyballspiel und dessen Regeln zum Indiacca • Vermittlung der wesentlichen Grundschnläge in Übungsreihen • Abänderungen des Regelwerks nach Intention und Voraussetzungen • Rückschlagspiele selbst entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielreihe • Übungsreihe • Schülerreferate und Präsentationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde • Variationen von Regeln und deren Auswirkungen auf das Spiel • Analyse des Spielgedankens in unterschiedlichen Rückschlagspielen • Taktik als Ausnutzen von Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufgabe • Annahme / Abwehr • oberes Zuspiel und Stellspiel • Angriff 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • erfolgreiches Anwenden der technischen Fertigkeiten • Engagement und Kreativität beim Entwickeln von Spielen • Schülerpräsentationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielfähigkeit im Zielspiel

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:8	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:13
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngestaltungen sportlichen Handelns (c) Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)	

Thema des UV:

Hoch hinaus – Vom Bouldern zum Topropeklettern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 5.4: Die Schülerinnen und Schüler können an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngestaltungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Hoch hinaus – Vom Bouldern zum Topropeklettern_“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • zunächst Gewöhnung an die Wand durch Bouldern und Boulderspiele • Imitation des Toprope-Sicherns am Boden • Sichern/Klettern in Absprunghöhe • Toprope klettern und sichern 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenarbeit (Boulderspiele) • Arbeit in Kleingruppen (Klettern und Sichern am Boden / in Absprunghöhe / an der gesamten Wand: Kletterer + 2 Sichernde) 	<ul style="list-style-type: none"> • Klettertechniken (Froschtechnik, etc.) • Sicherungstechnik Toprope • Motive und Motivation (Definitionen, Bedürfnispyramide nach Maslow, Modelle von Reiss und Gabler) • Handlungssteuerung unter versch. psych. Einflüssen (insbesondere Angst) 	<ul style="list-style-type: none"> • Bouldern und Boulderspiele • Klettertechnik • Toprope-Sicherung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft • Kenntnis der Sicherungstechnik (Knoten, Umgang mit Material, Partnercheck, etc.) • Einschätzung der eigenen Fähigkeiten • vertrauensvolles, verlässliches Miteinander mit der Seilschaft

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Kursprofil - Sequenzbildung¹⁹

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	IF b Bewegungsgestaltung IF f Gesundheit
BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	sowie alle fettgedruckten KE der SK/MK/UK aus den IF a / c / d / e

Halb-jahr	Bezug zu den KE		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben	Prüfungsrelevante Gegenstände	
	BWK	SK / MK / UK		wettkampfbezogen	fakultativ
Q 1.1	1.2	SK d.1 SK f.2 MK f.1 MK d.2 UK f.1	UV 1: <i>Alles im grünen Bereich</i> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der allgemeinen aeroben Ausdauer beim Laufen oder Schwimmen anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern	5000m laufen 800m schwimmen	
	1.3 1.4	SK f.1 SK f.2 MK f.1 UK f.1	UV 2: <i>So werde ich stark!</i> – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Muskelgruppen und Dehnmethode differenziert nach Leistungsvermögen gezielt für sich selbst nutzen		Bewegungskonzept Handlungsplan
	6.1 6.4	SK a.3 SK d.1 MK a.1 MK b.1 UK d.1 UK a.1	UV 3: <i>Technik und Raum</i> – Eine Choreographie mit den Handgeräten Ball, Band oder Reifen unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Partnerbezüge präsentieren und beurteilen	gymnastische Präsentation	Bewegungskomposition (Gymnastik)

¹⁹ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

Q 1.2	1.1	SK a.2 SK d.1 MK a.1 MK d.1 MK f.1 UK d.1 UK b.1	UV 4: <i>Gekonnt koordinieren</i> – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum gezielten Training der einzelnen koordinativen Fähigkeiten auswählen, in einem Bewegungskonzept anwenden und in einem Lernvideo dokumentieren		Bewegungs- konzept
	6.2 6.5	SK c.1 SK b.1 MK b.1 MK a.1 UK b.1 UK a.1	UV 5: <i>Von der Improvisation zur Komposition</i> – Eine themenbezogene Bewegungskomposition mit begründeter Wirkung (kongruent/kontrastierend/formanalog) auf den Zuschauer je nach Interessenlage (bei uns: am Beispiel einer Ballett- und Hip-Hop-Choreographie) skizzieren, gestalten und präsentieren	tänzerische Präsentation	Improvisation Bewegungs- komposition
	7.2 7.5 7.6	SK e.1 SK a.1 MK e.2 MK e.1 UK e.1	UV 6: <i>Gesellschaftliche Ursachen und Auswirkungen von Trendsportarten</i> - Gemeinsamkeiten und Unterschiede von normiertem Sportspiel und Freizeitvariante zum Beispiel (Beach-) Volleyball – Einflüsse der verschiedenen äußeren Gegebenheiten (Untergrund, Wind, Lichtverhältnisse etc.) auf die Faktoren Regelfindung, Taktik- und Technikvariationen erfahren und reflektieren	(nicht prüfungsrelevant)	
Q 2.1	1.3 1.6	SK c.2 SK d.2 MK f.1 MK d.2 UK c.1 UK f.1	UV 7: <i>Wenn schon „Muckis“ – dann aber richtig</i> – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung durch gezielten Übungs-/Geräteeinsatz gesundheitsbewusst für sich selbst nutzen (3 Besuche im Fitnessstudio)		Handlungsplan
	6.3 6.5	SK b.1 SK c.1 MK b.1 MK c.1 UK b.1	UV 8: <i>Mit Masken auf die Bühne</i> – Gefühle (z.B. Wut, Trauer, Liebe, Freude) in einer Bewegungskomposition durch unterschiedliche Bezüge in der Gruppe sowie die Gestaltung der Masken tänzerisch/pantomimisch darstellen und in ihrer Wirkung beurteilen	tänzerische Präsentation	Improvisation
Q 2.2	6.3 6.5	SK b.1 SK c.1 MK b.1 MK c.1 UK b.1	UV 9: <i>Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe</i> – Eine tänzerische Choreographie je nach Interessenlage auf der Grundlage selbst gesteuerten Lernens (Expertenpuzzle, LdL) unter Einbezug von Objekten (z.B. Regenschirm) und Ausgangspunkten (z.B. Text/Musik/Emotion) entwerfen, üben, präsentieren und beurteilen	tänzerische Präsentation	Improvisation Bewegungs- komposition

	1.5	SK a.2 SK c. MK f.1 UK c.1 UK f.1	UV 10: <i>Loslassen und entspannen</i> - Im harmonischen Rhythmus von Spannung und Entspannung - Erprobte und selbst entwickelte Entspannungstechniken erfahren und in Bezug auf das individuelle Wohlbefinden reflektieren		Handlungsplan
--	-----	---	--	--	---------------

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 10	Vernetzung mit UV: 2	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Alles im grünen Bereich – Trainingsprinzipien zur Optimierung der allgemeinen aeroben Ausdauer beim Laufen oder Schwimmen anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.2: Die Schülerinnen und Schüler können sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mindestens 30 Minuten) belasten

Sachkompetenz (SK):

- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.
- GK SK f.2.: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

-
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „*Alles im grünen Bereich* – Trainingsprinzipien zur Optimierung der allgemeinen aeroben Ausdauer beim Laufen oder Schwimmen anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die S*S erlernen zunächst Grundlagen der Ausdauerfähigkeit im Bereich Laufen bzw. Schwimmen • Allgemeine Methoden des Ausdauertrainings (Dauer-, Interwall-, Wettkampfmethode) • Auswirkungen auf den Organismus durch Training, Anpassungserscheinungen • Relevanz von Erwärmung im Sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Abgrenzung von Intervallmethode (extensiv, intensiv) und Dauermethode • Selbsteinschätzung anhand der Borg Skala • Belastungsparameter und -steuerung durch Pulskontrolle 	<ul style="list-style-type: none"> • struktureller Aufbau einer physiologischen Erwärmung • Methoden des Ausdauertrainings • physische und psychische Auswirkungen des Ausdauertrainings • Borg-Skala • Fachvokabular 	<ul style="list-style-type: none"> • Laufschnelle • Lauf- und Atemtechniken • funktionales Dehnen und Kräftigen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsüberprüfung 5000m- Lauf bzw. 800m Schwimmen • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 7	Laufende Nummer des UV: 2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung BF/SB 1: Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen	
Inhaltsfelder Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

So werde ich stark! – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Muskelgruppen und Dehnmethode differenziert nach Leistungsvermögen gezielt für sich selbst nutzen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- GK BWK 1.4: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Dehnmethode (u.a. statisches Dehnen, dynamisches Dehnen, CR-Stretching) unter Berücksichtigung differenzierter Wahrnehmung und körperlicher Anforderung individuell angemessen anwenden.

Sachkompetenz (SK):

- GK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit erläutern
- GK SK f.2.: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness differenziert erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „*So werde ich stark!* – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Muskelgruppen und

Dehnmethoden differenziert nach Leistungsvermögen gezielt für sich selbst nutzen)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Feststellung der individuellen Kraftfähigkeit anhand eines Fitnesstests (z.B. Barmer Fitnessstest, Bereich Kraft; Einfacher Krafttest unter sportunterricht.ch) • Die S*S erlernen die Grundlagen eines funktionalen Krafttrainings • Methoden bzw. Ziele des Krafttrainings (Kraftausdauer-, Hypertrophie-, Schnellkraft-, Maximalkrafttraining) sowie Organisationsformen (Zirkel-, Stations-, <p>Auswirkungen auf den Organismus durch Training, Anpassungserscheinungen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abgrenzung von allgemeinem und sportartspezifischem Training • Feststellung subjektiver Entwicklungspotentiale und Erstellung eines individuellen Trainingsplans 	<ul style="list-style-type: none"> • struktureller Aufbau einer Trainingseinheit Kraft • sportphysiologische Grundbegriffe der Muskelgruppen • Methoden des Krafttrainings • Differenzierung von Belastungsparametern • physische Auswirkungen des Krafttrainings (Aufbau Muskulatur) • Fachvokabular 	<ul style="list-style-type: none"> • Krafttraining mit und ohne Gerätunterstützung • funktionales Dehnen und Kräftigen • ggf. Besuch eines Fitnessstudios 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erstellung eines Trainingsplans bzw. -tagebuches

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 12	Vernetzung mit UV: 9	Laufende Nummer des UV: 3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Gymnastik BF/SB 5: Turnerische und akrobatische Partner- und Gruppengestaltungen	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Technik und Raum – Eine Choreographie mit den Handgeräten Ball, Band oder Reifen unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Partnerbezüge präsentieren und beurteilen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.4: Die Schülerinnen und Schüler können Objekte oder Materialien als Ausgangspunkt des ästhetisch-gestalterischen Bewegungshandelns - insbesondere der Improvisation - nutzen
- GK BWK 6.1: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Technik und Raum – Eine Choreographie mit den Handgeräten Ball, Band oder Reifen unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Partnerbezüge präsentieren und beurteilen“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS erproben zunächst experimentell den Umgang mit den Handgeräten Seil, Keule, Ball, Band und Reifen. • Die SuS erlernen typische Bewegungsformen und gerätspezifische Techniken (Werfen, Fangen, Rollen, Führen, Schwingen etc.). • Sie verknüpfen die erlernten Gerätetechniken mit unterschiedlichen Raumformen und –ebenen (Levels). • Sie erstellen abschließend eine Einzelkomposition mit vorgegebener Musik und max. zwei selbst gewählten Handgeräten. <p>Ggf. Ergänzung durch Gruppenkomposition</p>	<ul style="list-style-type: none"> • experimentelles Erproben • Gruppenpuzzle • Vormachen, Nachmachen • Lernkarten • Lernvideos • kriteriengeleiteter Bewertungsbogen) 	<ul style="list-style-type: none"> • gerätspezifische Fachbegriffe • Wettkampfregele • Reflexion und ggf. Dokumentation von individuellem Leistungsfortschritt • Vertiefung Musikanalyse/-theorie) 	<ul style="list-style-type: none"> • Seil: Schwingen, Springen, Werfen, Fangen, Laufen, Seitgalopp • Keule: Werfen, Fangen (im Sprung), Führen, Schwingen • Ball: Werfen, Fangen (im Sprung), Führen, Rollen, Prellen • Band: Schwingen (8er, Spirale, Schlange horizontal und vertikal), Werfen, Fangen (im Sprung), Laufen/Überspringen • Reifen: Werfen, Fangen (im Sprung), Rollen, Zwirbeln, Führen, Kreisen (horizontal (z.B. um die Hüfte), vertikal, sagittal (z.B. um das Handgelenk • verschiedene Sprungtechniken in Orientierung am Handgerät) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs im Bereich normgerechter Umsetzung der Gerätetechniken <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Kompositionsgestaltung (EA, ggf. GA) • Überprüfung der Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 1	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Formen der Fitnessgymnastik	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d)	

Thema des UV:

Gekonnt koordinieren – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum gezielten Training der einzelnen koordinativen Fähigkeiten auswählen, in einem Bewegungskonzept anwenden und in einem Lernvideo dokumentieren

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.1: Die Schülerinnen und Schüler können Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- GK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
- GK MK d. 1: Die Schülerinnen und Schüler können ihre Entwicklung dokumentieren (Trainingstagebuch, Portfolio)
- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) beurteilen.
- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „*Gekonnt koordinieren* – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum gezielten Training der einzelnen koordinativen Fähigkeiten auswählen, in einem Bewegungskonzept anwenden und in einem Lernvideo dokumentieren)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Unterweisung in technischer Ausführung der Grundschrte zur Verletzungsprophylaxe • Die S*S erlernen und erproben verschiedene Grundschrte und erstellen erste Abfolgen • Methoden zum Aufbau und Vermittlung einer Choreografie im Bereich Step-Aerobic (add-on, reduction, replace) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vom Vormachen - Nachmachen zur Umgestaltung und Neugestaltung • Erkennen musikalischer Organisationseinheiten (Phrasierung, Musikbögen) und Ausrichtung der Bewegungsfolge nach diesen 	<ul style="list-style-type: none"> • struktureller Aufbau einer Trainingseinheit im Bereich Step-Aerobic (Erwärmung, Grundlagen, Verknüpfung zur Gestaltung, Abschluss) • Methoden der Konzeption einer Vermittlung von Bewegungsfolgen • Fachvokabular 	<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen des Gerätes • Erproben unterschiedlicher Einsatzformen sowohl als Stufe zur Erhöhung der Belastungsintensität als auch als Kraftgerät • Anwendung des Gestaltungskriterium Raum • funktionales Dehnen und Kräftigen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erstellung eines Lernvideos

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 6	Vernetzung mit UV: 8	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Tanz BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)	

Thema des UV:

Von der Improvisation zur Komposition – Eine themenbezogene Bewegungskomposition mit begründeter Wirkung (kongruent/kontrastierend/formanalog) auf den Zuschauer je nach Interessenlage skizzieren, gestalten und präsentieren

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.5: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen
- GK BWK 6.2: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte stilgebundene und stilungebundene tänzerische Bewegungskompositionen unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien allein und in der Gruppe variieren und präsentieren

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern
- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.
- GK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Von der Improvisation zur Komposition – Eine themenbezogene Bewegungskomposition mit begründeter Wirkung kongruent/kontrastierend/formanalog) auf den Zuschauer je nach Interessenlage skizzieren, gestalten und präsentieren“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS improvisieren zunächst frei zu vorgegebenen und selbst gewählten Themenfeldern z.B. Gewitter, Freundschaft, morgendliches Erwachen mit oder ohne Musik. • Sie erlernen Techniken wie Contract-Release, Spannung/Entspannung, Isolation, Point/Flex.) 	<ul style="list-style-type: none"> • freie Improvisation zu Musik • themengeleitete Improvisation • Exercise • LdL (Lernen durch Lehren)) 	<ul style="list-style-type: none"> • Isolationszentren (Kopf, Schulter, Brust, Becken, Arme/Beine) • historische Grundlagen (Ballett, Jazz, Modern)) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erleben von Körperzuständen (Spannung/Entspannung) • Techniken: Contract-Release, Isolation, Koordination, Point/Flex)) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs (Entwicklung von Körpergefühl und Ausdruck) • Kreativität in der Improvisation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Improvisation (EA, PA)

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV: -	Laufende Nummer des UV:6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e)	

Thema des UV:

Gesellschaftliche Ursachen und Auswirkungen von Trendsportarten - Gemeinsamkeiten und Unterschiede von normiertem Sportspiel und Freizeitvariante am Beispiel von (Beach-) Volleyball – Einflüsse der verschiedenen äußeren Gegebenheiten (Untergrund, Wind, Lichtverhältnisse etc.) auf die Faktoren Regelfindung, Taktik- und Technikvariationen erfahren und reflektieren

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BW 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedl. Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden
- GK BWK 7.5: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
- GK BWK 7.6: Die Schülerinnen und Schüler können Spiele, die in unserem Kulturkreis nicht fest oder nicht mehr institutionalisiert sind, analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- GK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen-, und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen.
- GK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „*Gesellschaftliche Ursachen und Auswirkungen von Trendsportarten* - Gemeinsamkeiten und Unterschiede von normiertem Sportspiel und Freizeitvariante zum Beispiel (Beach-) Volleyball – Einflüsse der verschiedenen äußeren Gegebenheiten (Untergrund, Wind, Lichtverhältnisse etc.) auf die Faktoren Regelfindung, Taktik- und Technikvariationen erfahren und reflektieren “

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Regelkunde • Regelvariation • Taktische Grundprinzipien (Verteidigung, Angriff, Blocken, Raumdeckung etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielgemäßes Konzept • Teillernmethode 	<ul style="list-style-type: none"> • Play, Game, Sport: Differenzierung der Begriffe • Sportartspezifische Fachbegriffe • In- und formelle Regeln (Fairness vs. Konkurrenz) • 	<ul style="list-style-type: none"> • Sportartspezifische Grundtechniken • Taktisches Spielverhalten (Angriffs- und Verteidigungsstrategien) • 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbereitschaft • Individueller Leistungsfortschritt • Unterrichtsbeiträge (kognitiv und physisch) • Spielfähigkeit <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • -

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 10	Vernetzung mit UV: 2	Laufende Nummer des UV: 7)
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung BF/SB 1: Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Wenn schon „Muckis“ – dann aber richtig – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung durch gezielten Übungs-/Geräteeinsatz gesundheitsbewusst für sich selbst nutzen (3 Besuche im Fitnessstudio)

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.
- GK BWK 1.6: Die Schülerinnen und Schüler können funktionsgerechtes Bewegen (Heben, Tragen, Stehen, Sitzen) und funktionale Übungen zur Ausbildung von muskulärer Balance und gesunder Körperhaltung in differenzierten Situationen anwenden

Sachkompetenz (SK):

- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern
- GK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- GK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „ *Wenn schon „Muckis“ – dann aber richtig* – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung durch gezielten Übungs-/Geräteinsatz gesundheitsbewusst für sich selbst nutzen (3 Besuche im Fitnessstudio)“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die S*S erlernen zunächst Grundlagen der Kraft • Allgemeine Methoden des Krafttrainings (Stationstraining, Zirkeltraining, Agonist-Antagonist, Pyramidentraining, intramuskuläres Koordinationstraining, etc) • Auswirkungen auf den Organismus durch Training, Anpassungserscheinungen • Belastungsnormative als grundlegende Trainingselemente 	<ul style="list-style-type: none"> • Abgrenzung von Kraftarten (Maximalkraft, Kraftausdauer, Schnellkraft) • Selbsteinschätzung anhand der Borg Skala • Belastungsparameter und -steuerung durch Pulskontrolle • Besuch im Fitnessstudio • Erstellung eines individuellen Trainingsplanes 	<ul style="list-style-type: none"> • struktureller Aufbau einer Trainingseinheit • Methoden des Krafttrainings • physische und psychische Auswirkungen des Krafttrainings • Borg-Skala • Fachvokabular (Agonist-Antagonist, Bezeichnung großer Muskelgruppen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ateemeinsatz • Kraftzirkel • Umgang mit spezifischem Trainingsmaterial (Theraband, Hantel, Maschine etc.) • funktionales Dehnen und Kräftigen) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs • Entwicklung individuelle Fitnessstation <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fitnessstation • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 8	Vernetzung mit UV: 5	Laufende Nummer des UV: 8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 6: Tanz	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Wagnis und Verantwortung (c)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)	

Thema des UV:

Mit Masken auf die Bühne – Gefühle (z.B. Wut, Trauer, Liebe, Freude) in einer Bewegungskomposition durch unterschiedliche Bezüge in der Gruppe sowie die Gestaltung der Masken tänzerisch/pantomimisch darstellen und in ihrer Wirkung beurteilen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime etc.) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren
- GK BWK 6.5: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „*Mit Masken auf die Bühne* – Gefühle (z.B. Wut, Trauer, Liebe, Freude) in einer Bewegungskomposition durch unterschiedliche Bezüge in der Gruppe sowie die Gestaltung der Masken tänzerisch/pantomimisch darstellen und in ihrer Wirkung beurteilen.“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Die Kursteilnehmer einigen sich auf einen thematischen Bereich des Tanztheaters (Contemporary, Musical-Tanz, Pantomime). • Die SuS transferieren das Erlernte auf die neue Bewegungsaufgabe. • Dabei erweitern die SuS ihr Bewegungsrepertoire durch Gestik und Mimik zum bühnengerechten Ausdruck von Gefühlen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Freie Arbeit in Kleingruppen (4-6) • kriteriengeleiteter Bewertungsbogen • thematisch gebundene Bewegungsanlässe (Gedicht, Musik, Thema, Gefühle etc)) 	<ul style="list-style-type: none"> • historische und biographische Grundlagen des gewählten Themenbereichs (Contemporary, Pantomime, Musical-Dance) • Strategien zum Umgang mit Ängsten (Selbstbewusstsein stärken) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdruck von Gefühlszuständen durch Gestik und Mimik • Bühnenpräsenz) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs (Entwicklung von Ausdruck und Bühnenpräsenz) • Kreativität in der Umsetzung der Bewegungsaufgabe <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Bühnengestaltung (GA) • Überprüfung der Gruppen- und Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 10	Vernetzung mit UV: 8	Laufende Nummer des UV: 9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste BF/SB 6: Tanz	
Inhaltsfelder Bewegungsgestaltung (b) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b) Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b)	

Thema des UV:

Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Eine tänzerische Choreographie je nach Interessenlage (bei uns: Modern bzw. Musicalsanz) auf der Grundlage selbst gesteuerten Lernens (Expertenpuzzle, LdL) unter Einbezug von Objekten (z.B. Regenschirm) und Ausgangspunkten (z.B. Text/Musik/Emotion) entwerfen, üben, präsentieren und beurteilen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 6.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Bewegungskompositionen aus ästhetisch-künstlerischen Bewegungsbereichen (z.B. Pantomime etc.) unter Anwendung einzelner Gestaltungskriterien allein oder in der Gruppe präsentieren
- GK BWK 6.5: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.
- GK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden.
- GK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Wir schaffen das alleine – Ergebnis einer Lernaufgabe – Eine tänzerische Choreographie je nach Interessenlage (bei uns: Modern bzw. Musicalsanz) auf der Grundlage selbst gesteuerten Lernens (Expertenpuzzle, LdL) unter Einbezug von Objekten (z.B. Regenschirm) und Ausgangspunkten (z.B. Text/Musik/Emotion) entwerfen, üben, präsentieren und beurteilen.“

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Kongruenter bzw. kontrastierender Bezug zur Klangvorlage (Vertiefung des Gestaltungskriteriums Form) • Die Kursteilnehmer einigen sich auf einen anderen thematischen Bereich des Tanztheaters (Contemporary, Musical-Tanz, Pantomime). • Die SuS transferieren das Erlernte auf die neue Bewegungsaufgabe. • Dabei erweitern die SuS ihr Bewegungsrepertoire durch Gestik und Mimik zum bühnengerechten Ausdruck von Gefühlen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Freie Arbeit in EA, PA und/oder GA • kriteriengeleiteter Bewertungsbogen • thematisch gebundene Bühnenpräsentation anhand des musikalischen Leitmotivs 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Bühnenauftritt (Beginn, Einsatz von Requisiten, Kostüm, deutlich sichtbares Ende etc.) • Vertiefte Musikanalyse • Strategien zum Umgang mit Ängsten (Selbstbewusstsein stärken) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdruck von Gefühlszuständen durch Gestik und Mimik • Bühnenpräsenz) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Unterrichtsbeiträge (motorisch und kognitiv) • individueller Leistungszuwachs (Entwicklung von Ausdruck und Bühnenpräsenz) • Kreativität in der Umsetzung der Bewegungsaufgabe • Eigenständigkeit in der Organisation des Auftritts <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Bühnengestaltung (GA) • Überprüfung der Gruppen- und Einzelleistung anhand des Bewertungsbogens • Ggf. Auftritt bei Schulveranstaltung • ggf. Klausur (P4)

Jahrgangsstufe:Q2	Dauer des UV:6	Vernetzung mit UV: -	Laufende Nummer des UV:10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF/SB 1)		Inhaltliche Kerne BF/SB 1: Psychoregulative Verfahren zur Entspannung	
Inhaltsfelder Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c)	

Thema des UV:

Loslassen und entspannen - Im harmonischen Rhythmus von Spannung und Entspannung - Erprobte und selbst entwickelte Entspannungstechniken erfahren und in Bezug auf das individuelle Wohlbefinden reflektieren.

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- GK BWK 1.5: Die Schülerinnen und Schüler können selbstständig entwickelte Programme zur Entspannung umsetzen

Sachkompetenz (SK):

- GK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben
- GK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- GK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- GK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen des eigenen sportlichen Handelns und des Handelns anderer beurteilen.
- GK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse von Sporttreiben im Hinblick auf gesundheitliche Auswirkungen, auch unter Berücksichtigung von geschlechterdifferenten Körperbildern beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: „Loslassen und entspannen - Im harmonischen Rhythmus von Spannung und Entspannung - Erprobte und selbst entwickelte Entspannungstechniken erfahren und in Bezug auf das individuelle Wohlbefinden reflektieren “

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen und erproben von Entspannungstechniken (Yoga, progressive Muskelentspannung nach Jacobsen, Phantasiereise, Meditation etc.) • Relevanz mentaler Gesundheit für den Alltag • Reflexion unterschiedlicher Motive im Sporttreiben 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernen durch Lehren • Gruppenpuzzle für die unterschiedlichen Bausteine einer Entspannungseinheit • Vormachen-Nachmachen • Lernkarten • Lernvideos 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundideen von Entspannungstechniken • Fachvokabular (Sonnengruß, Asana etc.) • Auswirkungen auf das Nervensystem (Para-/Symphtikus...) • Relevanz von musikalischer Unterstützung (<ul style="list-style-type: none"> • Atemtechniken • Asana bzw. konkrete Übungen • Haltungsschulung • Musikeinsatz zur Entspannungsförderung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • (Selbst-)Reflexionsvermögen • Bewegungsausführung • Ggf. Anleitung von Praxiseinheiten oder -phasen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • -

Leistungskursprofil

BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele – Volleyball

Kursprofil - Sequenzbildung²⁰ (Leistungskurs)

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele – Volleyball	IF a	IF d
BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	IF b	IF e
	IF c	IF f

Halb-jahr	Bezug zu den KE BWK SK/ MK/ UK		Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben (Gegenstände)	Vorbereitung auf Prüfungsanforderungen 21		
				Praxis		Theorie
				w	f	Bezug Vorgaben
Q 1.1	3.3 (4.2)	IF: d SK d1, d2 MK d2, f1 UK d2	Vielfältige Trainingsmöglichkeiten verschiedener Ausdauererscheinungsformen an den Schwerpunktbeispielen Leichtathletik und Schwimmen erfahren, begreifen und anwenden (5000m-Lauf, 800m Schwimmen, Geländelauf; Dauermethode, Intervallmethode, Wettkampfmethode, Ausdauerformen, HKS, <u>Anpassungen der menschlichen Physiologie, Energiebereitstellung, Laktatstufen-Test</u>)	LA 5000, SW 800		f2, d1, d2, d3, d4, d5
Q 1.1	3.1	IF: c SK c1, c2 MK c1 UK c1	Springen mit dem Stab unter besonderer Berücksichtigung physiologischer und psychologischer Grundlagen sportlichen Handelns (<u>Muskelbündel, Muskelfaser, Titin, Aktin, Myosin, Nerv-Reizleitung, Motorische Endplatte, Aktionspotential, Alles-oder-Nichts-Gesetz, Angst und Stress im Sport, Heckhausen (Leistungsmotiv), Gabler (Motive)</u>)			d3, d4, c1, c2, c3

²⁰ Es gibt keine vorgeschriebene Dauer – und dementsprechend auch keine festgelegte Anzahl – von Unterrichtsvorhaben.

²¹ w = wettkampfbezogen, f = fakultativ

Q 1.1	7.1	IF: e SK e1, e3 MK e1, e2	Planung, Durchführung und Reflexion von volleyballspezifischen Spielformen und –taktiken im Mit- und Gegeneinander (2 mit 2, 2 gegen 2, 3 mit 3, 3 gegen 3, 4 mit 4, 4 gegen 4, <u>Individualtaktik, Gruppentaktik, Power-Volleyball, Regelsystematik</u>)		2 m 2 4:4	e1, e6
Q 1.1	7.1	IF: a SK a2 MK a1 UK a1	Verbesserung der Spielleistung im Volleyball durch die selbstständige Erarbeitung und den Einsatz von Technik – und Spielbeobachtungsbögen unter besonderer Berücksichtigung der koordinativen Fähigkeiten nach Hirtz (<u>Informationskanäle/Analysatoren, Koordinative Fähigkeiten, Beobachtungsbögen, Spielbeobachtung; Volleyballtechniken</u>)	6 : 6	2 m 2 4:4	a6, d2, a3
Q 1.2	3.3	IF: f, d SK f1, f2 MK f1, d1 UK f1	Laufen ohne zu schnaufen – Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gesundheitsmodelle (<u>Risikofaktorenmodell, Salutogenesemodell, gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren</u>)	LA 500 0		f1, f3, f4
Q 1.2	6.5	IF: b SK b1 Mk b1 UK b1	Selbstständige Erarbeitung turn- und akrobatikspezifischer Elemente durch Nach-, Um- und Neugestaltung als Grundlage einer anschließenden kriteriengeleiteten Entwicklung, Präsentation und Beurteilung einer Gruppenkür (<u>Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau, ...), Improvisation und Variation von Bewegung</u>)			b1,b2
Q 1.2	7.3	IF: e (a) SK e1, e3 MK e1, e2 (UK a1)	Entwicklung von alternativen und freizeitrelevanten Sportspielvarianten anhand von unterschiedlichen Spielvermittlungsmodellen unter besonderer Berücksichtigung der Variante Beachvolleyball (<u>Integrative Sportspielvermittlung, Spielgemäües - Konzept</u>)		2 m 2	e5, e4
Q 2.1	3.1	IF: a SK a1, a2 MK a1 UK a1	Methodische Möglichkeiten des Erlernens leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung der bisher nicht durchgeführten Disziplinen Kugelstoß und Speerwurf erproben (<u>Teillernmethode, Ganzheitsmethode, Methodische Übungsreihen, Methodische Prinzipien, Lernstufen</u>)	Kugel stoß, Speer wurf	Kugel stoß, Speer wurf	a1, a2
Q 2.1	7.2	IF: e, f SK e1, e2 UK e1, f1	Volleyball und Leichtathletik in Hinsicht auf das „Fair-Play“ im Sport unter besonderer Berücksichtigung der Dopingproblematik vergleichend beurteilen (<u>formelles und informelles Fair Play, Gründe des Dopings (sportkulturelle und individuelle), Anti – Dopinginitiativen im Sport (WADA/NADA, Dopingmaßnahmen in Ausdauer und Kraftsportarten)</u>)	6:6		e7, e8, f4
Q 2.1	3.2	IF: e, a, d SK a3 MK e2 UK a1, d1	Einen Mehrkampf in der LA unter Berücksichtigung biomechanischer Grundlagen sowie der Phaseneinteilung leichtathletischer Disziplinen anhand von Beobachtungsbögen analysieren (<u>Lernstufen nach Meinel/Schnabel, Biomechanische Prinzipien nach Hochmuth, leichtathletische Disziplinen aus den Bereichen Sprint, Sprung, Wurf/ Stoß, Lauf</u>)	100 - 800m; Speer, Kugel, Weitsp rung,	Sprint, Tiefstar t, Kugel, Speer, Hochsp rung, Weitspr ung	a1, a2, a4

				Hochsprung		
Q 2.2	3.4 3.5	IF: a SK a1 SK a3	LA historisch und alternativ – Vergleich historischer und moderner sowie alternativer leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung biomechanischer Aspekte und des Bewegungslernens (Sprungtechniken, Schersprung, Bauchwölzer, Fosbury Flop, antike und moderne leichtathletische Disziplinen im Vergleich, <u>biomechanische Prinzipien</u> , <u>Bewegungsanalyse nach Göhner im Vergleich mit Meinel/Schnabel</u> ; <u>Qualitative Bewegungsmerkmale nach Meinel/Schnabel</u>)	Hochsprung	Hochsprung	a5, b1
Q 2.2	7.2	IF: e SK e1 MK e1, e2 UK e1	Volleyball: Taktisch klug und dennoch fair im Spiel sechs gegen und sechs mit sechs (Fair Play, <u>Fairness und Aggression</u> , Wettkampfvorbereitung)	6:6		e3, e4

verwendetes Kursbuch: Jörn Meyer: Sport in der gymnasialen Oberstufe (Meyer&Meyer Verlag)

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: 5	Laufende Nummer des UV: 1
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3) Bewegen im Wasser – Schwimmen (BF/SB 4)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf) BF/SB 4: Sportschwimmen: Schwimmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken	
Inhaltsfelder Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Leistung - Trainingsplanung und -organisation (d) Leistung - Anatomische und physiologische Grundlagen der menschlichen Bewegung (d) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Vielfältige Trainingsmöglichkeiten verschiedener Ausdauererscheinungsformen an den Schwerpunktbsp. Leichtathletik und Schwimmen erfahren, begreifen und anwenden

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)
- LK BWK 4.2: Die Schülerinnen und Schüler können sportartspezifisch ihre Ausdauer unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse optimieren und in einer Schwimmart mindestens 800m unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit zurücklegen

Sachkompetenz (SK):

- LK SK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern
- LK SK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können individualisierte Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen.
- LK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK d.2: Die Schülerinnen und Schüler können die eigene Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit anderer auch vor dem Hintergrund standardisierter Testverfahren (u.a. motorische Tests) Kriterien geleitet bewerten

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Vielfältige Trainingsmöglichkeiten verschiedener Ausdauererscheinungsformen an den Schwerpunktbeispielen Leichtathletik und Schwimmen erfahren, begreifen und anwenden

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> •Die SuS erproben verschiedene Methoden des Ausdauertrainings im Bereich des Laufens und Schwimmens •Die SuS beurteilen diese abschließend im Hinblick auf die Effektivität der individuellen Leistungssteigerung auch hinsichtlich verschiedener Ziele •Die SuS bestimmen ihre Trainingsherzfrequenzen und trainieren ihre Ausdauer mit Hilfe von Pulsuhren <p>Die SuS werten gegebene Trainingspläne aus und entwerfen eigene unter Berücksichtigung verschiedener Trainingsprinzipien</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Methoden des Ausdauertrainings • Betrachtung der Herzfrequenz (HF) mithilfe von Pulsuhren • Schülerreferate als Einstieg für die Praxis in die verschiedenen Methoden <p>kurze Unterrichtsgespräche</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Trainingsprinzipien und –methoden, Herzfrequenzgesteuertes Ausdauertraining •Formen/Einteilungen der Ausdauerleistungen •Aufbau und Funktionsweise des HKS •Anpassungserscheinungen durch Ausdauertraining •Testverfahren, insbesondere Laktatstufentest 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels verschiedener Trainingsmethoden (Dauermethode, Intervallmethoden, Wettkampfmethode) • Bestimmung der Trainingsherzfrequenz (z.B. nach Karvonen) • HF-gesteuertes Ausdauertraining mithilfe von Pulsuhren im Laufen und Schwimmen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individuelle Leistungssteigerung im Vorher-Nachher-Vergleich • Qualität der Schülerreferate <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahlweise 5000m-Lauf oder 800m Schwimmen <p>Kriterien: Bewertung anhand der Prüfungsvorgaben zum Abitur, aber je einen Punkt besser</p>

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 20 Std.	Vernetzung mit UV:	Laufende Nummer des UV:2
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Wagnis und Verantwortung (c)		Inhaltliche Schwerpunkte Wagnis und Verantwortung - Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c) Wagnis und Verantwortung - Motive, Motivation und Sinngebungen sportlichen Handelns (c)	

Thema des UV:

Springen mit dem Stab unter besonderer Berücksichtigung physiologischer und psychologischer Grundlagen sportlichen Handelns

(Muskelbündel, Muskelfaser, Titin, Aktin, Myosin, Nerv-Reizleitung, Motorische Endplatte, Aktionspotential, Alles-oder-Nichts-Gesetz, Angst und Stress im Sport, Heckhausen (Leistungsmotiv), Gabler (Motive))

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Sachkompetenz (SK):

- LK SK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern
- LK SK c.2: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK c.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Motive, Motivationen und Sinngebungen sportlichen Handelns und des Handelns anderer theoriegeleitet beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Springen mit dem Stab unter besonderer Berücksichtigung physiologischer und psychologischer Grundlagen sportlichen Handelns

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • SuS erarbeiten zunächst turnerische Grundfertigkeiten am Reck und an den Tauen, die für die spätere Stabhochsprung-Bewegung zentral und wichtig sind (siehe Gegenstände Praxis) • Anschließend erfolgt eine Materialgewöhnung und freies Üben mit dem Stab (siehe Gegenstände Praxis) • Dann erfolgen Standsprünge vom Kasten und/oder erhöhter Oberfläche auf die Stabhochsprungmatte (ggf. Weichböden übereinander) <p>Angebahnt soll abschließend eine Kombination aus Lauf- und Sprungbewegung werden, die dann als Stabhochsprungwettkampf das Ende des UVs bildet</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen turnerischen Grundübungen am Reck und an den Tauen • Demonstration und Imitation • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen und Feedback • Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe von Videoanalyse • Methodische Übungsreihe zur Kombination aus Lauf- und Sprungbewegung 	<ul style="list-style-type: none"> • Muskelbündel, • Muskelfaser, • Titin, Aktin, Myosin, • Nerv-Reizleitung, • Motorische Endplatte, • Aktionspotential, • Alles-oder-Nichts-Gesetz, • Angst und Stress im Sport, • Heckhausen (Leistungsmotiv), • Gabler (Motive)) • Wagnis, Risiko 	<ul style="list-style-type: none"> • Erprobendes Stabhochspringen in der Weitsprunggrube • Stabies für das Stabhochspringen • Sprünge ans Tau, Halten im Takeoff • „Turn“-Techniktraining am Reck (bspw. Einroller, Aufschwünge) • Stabtechniktraining : Tragen des Stabes, Stabgehen und –wandern, Rhythmus des Stab-Vorbringens • Stabweitsprünge • Lauf-Einstichübungen • Stabhochsprungwettkampf 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzbereitschaft (u.a. in der Übernahme von Stundensequenzen und –durchführungen) • Kooperations- und Unterstützungsbereitschaft (u.a. beim Helfen und Sichern, Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung) • Auswertung der Videoaufzeichnungen • Individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Übungsformen <p>punktuell: Abschließender Stabhochsprungwettkampf in der Grube und/oder in der Halle auf Matten</p> <p>Kriterien: technische Ausführung der Bewegung, Sprunghöhe</p>

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: 4, 12	Laufende Nummer des UV: 3
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
<i>Inhaltsfelder</i> Kooperation und Konkurrenz (e)		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: *Planung, Durchführung und Reflexion von volleyballspezifischen Spielformen*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- LK SK e.3: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen
- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Planung, Durchführung und Reflexion von volleyballspezifischen Spielformen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<p>Didaktische Entscheidungen: In der Sek I und der Einführungsphase wurden grundlegende technische und taktische Fertigkeiten und Fähigkeiten des Sportspiels Volleyball vermittelt.</p> <p>Auf dieser Grundlage soll eine Kopplung volleyballspezifischer Taktikbausteine mit den zuvor vermittelten Basistechniken stattfinden. Es wird der Spielaufbau, Entscheidungsfindungen sowie eine aktive Auseinandersetzung sowohl mit dem Mitspieler, als auch mit dem Gegner gefordert.</p>	<ul style="list-style-type: none"> •GA •Partnerübungen •Spielgemäßes Konzept •Bausteinspiele Bausteinübungen 	<ul style="list-style-type: none"> •Regelsystematik, Regelmerkmale/Regeltypen •Konzepte zur Vermittlung großer Spiele, spielgemäßes Konzept, Sportspielvermittlung (genetisches Lernen, Taktik-Spiel-Konzept, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundtechniken, z.B. Pritschen, Baggern, Angriffsschlag Aufschlag, Block • Taktische Aufstellungen bei Annahme/Abwehr/Angriff 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktive Beteiligung • aktive Bereitschaft auch in Gruppen mitzuarbeiten • Bereitschaft zum Auf- und Abbau • Bereitschaft zum aktiven Üben • aktive Beteiligung in Theoriephasen/Reflexion • Referate/ Präsentationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2 m 2 • 3 m 3 • 4:4 <p>Kriterien: Technische Fertigkeiten in Grobform (Pritschen, Baggern, Aufschlag, Angriffsschlag, Block), Individual- und gruppentaktische Fähigkeiten (Aufstellungen bei Annahme/Abwehr/Angriff)</p>

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: 3, 9, 12	Laufende Nummer des UV: 4
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Wählen Sie ein Element		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit (a)	

Thema des UV: *Verbesserung der Spielleistung im Volleyball durch die selbstständige Erarbeitung und den Einsatz von Technik – und Spielbeobachtungsbögen unter besonderer Berücksichtigung der koordinativen Fähigkeiten nach Hirtz*

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 7.1: Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster inkl. der hierzu erforderlichen technischen-koord. Fertigkeiten und taktischen-kogn. Fähigkeiten reflektiert anwenden

Sachkompetenz (SK):

- LK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV:

Verbesserung der Spielleistung im Volleyball durch die selbstständige Erarbeitung und den Einsatz von Technik – und Spielbeobachtungsbögen unter besonderer Berücksichtigung der koordinativen Fähigkeiten nach Hirtz

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<p>Bereits bekannte grundlegende technische Fertigkeiten und Fähigkeiten des Sportspiels Volleyball sollen wiederholt und verbessert, Variationen sollen erprobt und erlernt werden. Bewusstmachung und Verbesserung koordinativer Fähigkeiten</p> <p>Die SuS sollen ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten individuell analysieren und verbessern. In Anlehnung daran sollen Spielformen wiederholt und erweitert werden, so dass sowohl technische, als auch taktische Fähigkeiten und Fertigkeiten weiter entwickelt werden.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerübungen mit und ohne Beobachtungsbögen • Komplexübungen mit und ohne Beobachtungsbögen • Koordinationszirkel I 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordination und Technik • Koordinative Fähigkeiten (Hirtz) • KAR Modell • Koordinationsschulung • Beobachtungsbögen entwerfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundtechniken und Variationen z.B. Pritschen/Überkopfpritschen • Annahmehaggen (auch seitlich) • Schmetterschlag • Block • Aufschlag von unten/oben • Beobachtungsbögen zur Verbesserung von Technik und Taktik einsetzen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Teilnahme • aktive Bereitschaft auch in Gruppen mitzuarbeiten • Bereitschaft zum Auf- und Abbau • Bereitschaft zum aktiven Üben • aktive Beteiligung in Theoriephasen/Reflexion • Referate/ Präsentationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4:4 • 6:6 <p>Kriterien: Technische Fertigkeiten (Variationen des Pritschen, Baggerns, Aufschlagens), Taktische Fähigkeiten (Aufstellungen, Positionen einnehmen)</p>

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 20 Std.	Vernetzung mit UV: 1	Laufende Nummer des UV: 5
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)	
Inhaltsfelder Gesundheit (f) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f) Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Laufen ohne zu schnaufen – Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gesundheitsmodelle

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 3.3: Die Schülerinnen und Schüler können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten)

Sachkompetenz (SK):

- LK SK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern
- LK SK f.2: Die Schülerinnen und Schüler können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.
- LK MK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio)

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Laufen ohne zu schnaufen – Gesundheitsorientiertes Ausdauertraining unter besonderer Berücksichtigung verschiedener Gesundheitsmodelle

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauerleistungssteigerung durch Erprobung verschiedener Trainingsmethoden im Bereich Laufen und deren abschließende Evaluation im Hinblick auf (persönliche) Effektivität • Bestimmung der individuellen (optimalen) Trainingsherzfrequenz mittels Pulsuhren • Bewusstmachung grundlegender Einflussfaktoren auf die Gesundheit und deren Dimensionen • Wirkungszusammenhänge von Sport und Gesundheit • Definition(en) von Fitness • Bedeutsamkeit gesundheitsfördernder und gesundheitschädigender Einflussfaktoren 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung verschiedener Methoden des Ausdauertrainings (z.B. durch Schülerreferate) • Betrachtung der Herzfrequenz mit Hilfe von Pulsuhren • Selbsteinschätzung des persönlichen Fitness- und des damit verbundenen Gesundheitszustandes • Entwicklung eines (individuellen) Trainingsplans zur Verbesserung der individuellen Ausdauerleistung und zur Steigerung des persönlichen Wohlbefindens 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau und Funktion des HKS • verschiedene Ausdauertrainingsmethoden (Dauermethode und Intervallmethoden, Fahrtspiel, Wettkampf) • HF-Messung und Bestimmung der Trainings-HF • Belastung (und deren Parameter), Belastbarkeit, Beanspruchung und Anpassung • Salutogenesemodell nach Atonovsky • Risikofaktorenmodell • Physische und psychosoziale Gesundheitsressourcen • Gesundheitsförderung vs./und Krankheitsprevention 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauertraining mittels versch. Trainingsmethoden (siehe Theorie) • Bestimmung der Herzfrequenz (mit und ohne Pulsuhr) • Herzfrequenz-gesteuertes Ausdauertraining (mit Hilfe von Pulsuhren) • 12-Minuten-Lauf • Conconi-Lauftest 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Leistungssteigerung im Vor-/Nachtest • Qualität der Unterrichtsbeiträge (Unterrichtsgespräch und Referate) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 5000m-Lauf oder 30-Minuten-Lauf <p>Kriterien: Zeit bzw. gelaufene Strecke</p>

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: -	Laufende Nummer des UV: 6
Bewegungsfeld/Sportbereich: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (BF/SB 6)		Inhaltliche Kerne BF/SB 6: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste	
<i>Inhaltsfelder</i> Bewegungsgestaltung (b)		<i>Inhaltliche Schwerpunkte</i> Bewegungsgestaltung - Gestaltungskriterien (b) Bewegungsgestaltung - Improvisation und Variation von Bewegung (b)	

Thema des UV:

Selbstständige Erarbeitung turn- und akrobatikspezifischer Elemente durch Nach-, Um- und Neugestaltung als Grundlage einer anschließenden kriteriengeleiteten Entwicklung, Präsentation und Beurteilung einer Gruppenkür

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 6.5: Die SuS können ausgehend von selbst gewählten/vorgegebenen Gestaltungsanlässen/ -themen untersch. Bewegungs- & Darstellungsmöglichkeiten u.B. spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen

Sachkompetenz (SK):

- LK SK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten).

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK b.1: Die Schülerinnen und Schüler können Präsentationen Kriterien geleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen.

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Selbstständige Erarbeitung turn- und akrobatikspezifischer Elemente durch Nach-, Um- und Neugestaltung als Grundlage einer anschließenden kriteriengeleiteten Entwicklung, Präsentation und Beurteilung einer Gruppenkür

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<p>Die SuS gestalten eine Gruppenkür, bestehend aus turnerischen Elementen (z.B. Rollen, Rad, Hanstützüberschlag, etc. Und akrobatischen Elementen (z.B. Menschenpyramiden, Partnerakrobatik) Zunächst gestalten die SuS eine gegebene Kür nach, entwickeln danach eine Umgestaltung hinsichtlich verschiedener Gestaltungskriterien und gestalten letztendlich eine Neugestaltung</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Entwicklung einer Kür in Gruppenarbeit •Präsentation im Plenum 	<ul style="list-style-type: none"> •Gestaltungskriterien (u.a. Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) •Improvisation und Variation von Bewegung •Musikanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Erlernen/Vertiefen turnerischer und akrobatischer Elemente • Nach-/Um- und Neugestalten einer Kür • Präsentation und kriteriengeleitete Beurteilung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kreativität bei der Umgestaltung • Qualität der motor. Fertigkeiten aus dem turnerischen und akrobatischen Bereich • Mitarbeit/Engagement/Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation der Neugestaltung <p>Kriterien: Qualität der Präsentation (Gestaltungskriterien, Helfen/Sichern)</p>

Jahrgangsstufe: Q1	Dauer des UV: 20 Std.	Vernetzung mit UV: 8	Laufende Nummer des UV:7
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Kooperation und Konkurrenz - Spielvermittlungsmodelle (e)	

Thema des UV:

Entwicklung von alternativen und freizeitrelevanten Sportspielvarianten anhand von unterschiedlichen Spielvermittlungsmodellen unter besonderer Berücksichtigung der Variante Beachvolleyball

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 7.3: Die Schülerinnen und Schüler können selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- LK SK e.3: Die Schülerinnen und Schüler können ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen
- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Entwicklung von alternativen und freizeitrelevanten Sportspielvarianten anhand von unterschiedlichen Spielvermittlungsmodellen unter besonderer Berücksichtigung der Variante Beachvolleyball

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<p>Erprobung von Varianten des Sportspiels, dadurch Erwerbung neuer kognitiver und motorischer Fähigkeiten in einer veränderten Sportart (Beachtechniken)</p> <p>Erweiterung und Verbesserung des individuellen und gruppentaktischen Repertoires im Spiel 4:4 oder 2:2</p> <p>Verbesserung der koordinativen, kognitiven und motorischen Fähigkeiten durch veränderte Gegebenheiten, wie veränderter Untergrund (Sand), Witterungsbedingungen (Wind, Sonne, ...)</p> <p>Perspektiven (keine, veränderte Orientierung auf dem Spielfeld, z.B. ohne Dach)</p>	<p>Integrative Sportspielvermittlung</p> <p>Bausteinspiele</p> <p>Bausteinübungen</p> <p>Spielgemäßes Konzept</p> <p>Übungsformen zum Spiel 4:4, 2:2 auf Sand</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Spielgemäßes Konzept • Integrative Sportspielvermittlung (sportspielübergreifend, Sportspielorientiert, Sportspielspezifisch) 	<p>Beachtechniken z.B. Baggern, Tomahawk, Hammerfaust Poke Shot, etc.</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Teilnahme • aktive Bereitschaft auch in Gruppen mitzuarbeiten • Bereitschaft zum Auf- und Abbau • Bereitschaft zum aktiven Üben • aktive Beteiligung in Theoriephasen/Reflexion • Referate/ Präsentationen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2:2 <p>Kriterien: Regelgerechtes Spiel, Anwendung der spezifischen technischen Fertigkeiten, Gruppentaktische Fähigkeiten im 2:2</p>

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: 7, 10	Laufende Nummer des UV:8
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) Leistung (d)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Leistung - Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training / Anpassungserscheinungen (d)	

Thema des UV:

Methodische Möglichkeiten des Erlernens leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung der bisher nicht durchgeführten Disziplinen Kugelstoß und Speerwurf erproben

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren

Sachkompetenz (SK):

- LK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- LK SK a.2: Die Schülerinnen und Schüler können grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Methodische Möglichkeiten des Erlernens leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung der bisher nicht durchgeführten Disziplinen Kugelstoß und Speerwurf erproben

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> Die SuS führen unterschiedliche methodische Vorgehensweisen in der Vermittlung und Erlernen leichtathletischer Disziplinen durch: Sie lernen klassische methodische Vorgehensweisen nach methodischen Übungsreihen kennen und erproben sie Die SuS erproben und beurteilen weitere Methoden des motorischen Lernens, insbesondere die des differentiellen Trainings <p>Die SuS beurteilen das Training leichtathletischer Disziplinen und damit die unterschiedliche (Trainings-) Methodik im Hinblick auf eine individuelle Leistungssteigerung</p>	<ul style="list-style-type: none"> Verschiedene Methoden des motorischen Lernens: Teillernmethoden, ganzheitliche Methoden, Methodische Übungsreihen, etc. Methode des differenziellen Lernens als konträre Vermittlungs- und Trainingsmethode Schüler als Experten – Schülergruppen stellen unterschiedliche methodische Lehr- und Lernwege im leichtathletischen Training mithilfe von Impulsreferaten vor und führen durch die Einheit 	<ul style="list-style-type: none"> Teillernmethode Ganzheitsmethode Methodische Übungsreihen Differenzielles Training Methodische Prinzipien Lernstufen Phasenstruktur Kugelstoßen und Speerwurf 	<ul style="list-style-type: none"> Kugelstoß Speerwurf Training mittels verschiedener Methoden 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Anstrengungsbereitschaft Qualität der Impulsreferate Qualität der Durchführung von Unterrichtseinheiten <p>punktuell:</p> <p>Leichtathletische Weiten- und Technikbeurteilung beim Kugelstoß und Speerwurf (Leistung geht vor Technik) (siehe Notentabelle Abitur)</p> <p>Kriterien: Notentabelle Abitur, aber je 1 Punkt besser</p>

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 20 Std.	Vernetzung mit UV: 3, 12	Laufende Nummer des UV:9
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Gesundheit (f)		Inhaltliche Schwerpunkte Gesundheit - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) Gesundheit - Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f) Kooperation und Konkurrenz - Formen der Steuerung und Manipulation im Sport (e)	

Thema des UV:

Volleyball und Leichtathletik in Hinsicht auf das „Fair Play“ im Sport unter besonderer Berücksichtigung der Dopingproblematik vergleichend beurteilen

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.
- LK SK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern

Methodenkompetenz (MK):

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK f.1: Die Schülerinnen und Schüler können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Volleyball und Leichtathletik in Hinsicht auf Fair Play im Sport unter besonderer Berücksichtigung der Dopingproblematik vergleichend beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Vor dem Hintergrund der bereits erworbenen technischen und taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, sowie theoretischer Kenntnisse der Sportarten Leichtathletik und Volleyball und sportlicher Leistungsfähigkeit sollen sich die SuS mit der Problematik Doping im Sport auseinandersetzen • Bewusstmachung der Komplexität der Bezüge, was ist Doping/ was bewirkt es/Langzeitfolgen • Entwicklung eines nachhaltigen Verständnisses der ethischen Aspekte • Eigene Urteils - und Handlungsfähigkeit soll auch vor dem Hintergrund von Fairness und Chancengleichheit im Sport weiterentwickelt werden 	<ul style="list-style-type: none"> • Problemorientierter Ansatz • GA • Einzel/Komplexübungen • Globale Spielsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Definition von Doping • Methoden / Wirkung auf Körper und Psyche • Dopingverbot • Erklärungsansätze 	<ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletik • Ausdauer • Volleyball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • aktive Bereitschaft auch in Gruppen mitzuarbeiten • Bereitschaft zum Auf- und Abbau • Bereitschaft zum aktiven Üben • aktive Beteiligung in Theoriephasen/Reflexion • Referate/ Präsentationen

Jahrgangsstufe: Q 2	Dauer des UV: 30 Std.	Vernetzung mit UV: 8, 11	Laufende Nummer des UV: 10
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV:

Einen Mehrkampf in der LA unter Berücksichtigung biomechanischer Grundlagen sowie der Phaseneinteilung leichtathletischer Disziplinen anhand von Beobachtungsbögen analysieren

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 3.1: Die Schülerinnen und Schüler können Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren
- LK BWK 3.2: Die Schülerinnen und Schüler können einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen (inkl. 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen

Sachkompetenz (SK):

- LK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden
- LK MK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen
- LK UK d.1: Die Schülerinnen und Schüler können Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren (u.a. konditionelle/koordinative Fähigkeiten, Druckbedingungen) hin beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Einen Mehrkampf in der LA unter Berücksichtigung biomechanischer Grundlagen sowie der Phaseneinteilung leichtathletischer Disziplinen anhand von Beobachtungsbögen analysieren

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> Die SuS führen einen leichtathletischen Dreikampf in den Disziplinen 100m Sprint, Weitsprung und Kugelstoßen durch Die SuS erproben die verschiedenen Disziplinen mithilfe der Lernstufen nach Meinel/Schnabel und trainieren die einzelnen Phasen anhand verschiedener Übungsformen. Der Fokus liegt auf der Berücksichtigung biomechanischer Grundlagen und der Bewegungsbeobachtung und –analyse anhand von Beobachtungsbögen 	<p>Lernstufen nach Meinel / Schnabel</p> <ul style="list-style-type: none"> Analyse der Phaseneinteilung anhand von Beobachtungsbögen Schüler als Experten <p>–</p> <p>Schülergruppen stellen biomechanische Grundlagen der verschiedenen Disziplinen mithilfe eines Impulsreferats vor und führen durch die Einheiten</p> <p>Training an Stationen</p>	<p>Phasenstruktur Kugelstoßen, Sprint, Weitsprung</p> <p>Lernstufen Nach Meinel/Schnabel</p> <p>Biomechanische Prinzipien nach Hochmuth</p>	<ul style="list-style-type: none"> 100m Sprint, Weitsprung, Kugelstoßen Training mittels verschiedener Methoden <p>Analyse anhand von Beobachtungsbögen</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> Anstrengungsbereitschaft, Qualität der Impulsreferate, Qualität der Durchführung von Trainingseinheiten <p>punktuell: Leichtathletischer Dreikampf</p> <p>Kriterien: Zeit/Weite (Bewertungsschema auf der Homepage der Fachschaft)</p>

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: 10	Laufende Nummer des UV: 11
Bewegungsfeld/Sportbereich: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (BF/SB 3)		Inhaltliche Kerne BF/SB 3: Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß BF/SB 3: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe	
Inhaltsfelder Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)		Inhaltliche Schwerpunkte Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen - Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen (a)	

Thema des UV:

LA historisch und alternativ – Vergleich historischer und moderner sowie alternativer leichtathletischer Disziplinen unter besonderer Berücksichtigung biomechanischer Aspekte und des Bewegungslernens

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 3.4: Die Schülerinnen und Schüler können alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.
- LK BWK 3.5: Die Schülerinnen und Schüler können historische leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten

Sachkompetenz (SK):

- LK SK a.1: Die Schülerinnen und Schüler können unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben.
- LK SK a.3: Die Schülerinnen und Schüler können Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern.

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<ul style="list-style-type: none"> • Einstieg über Variationen des Hochsprungs und die biomechanischen Vor- bzw. Nachteile • SuS erlernen zunächst den Schersprung und lernen alte Techniken (Straddle/Wälzer) kennen • SuS gliedern die Bewegung des Hochsprungs / des Flops durch die Phasenstruktur und trainieren die einzelnen Phasen des Flops anhand verschiedener Übungsformen • Fokus auf der Bewegungsbeobachtung und– Bewegungsanalyse im zweiten Teil des Unterrichtsvorhabens • Durchführung eines Hochsprung-Wettkampfes (absolut/relativ) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen für die einzelnen Funktionsphasen (Anlauf, Absprung, Landung) • Partnerbeobachtung mittels Beobachtungsbögen • Selbst- und Fremdbeobachtung mithilfe der Videoanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • Phasenanalyse nach Meinel • Funktionsanalyse nach Göhner • Fehleranalyse und – korrektur • Biomechanische Prinzipien in Anlehnung nach Hochmuth • Qualitative Bewegungsmerkmale nach Meinel/Schnabel 	<ul style="list-style-type: none"> • Schersprung • Straddle • Wälzer • Fosbury-Flop 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der Selbst- und Fremdbeobachtung sowie der Fehlerkorrektur • individuelle Leistungssteigerung durch das Training mittels verschiedener Trainings- und Übungsformen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der erreichten Höhe beim Hochsprung: absolut und relativ zur Körpergröße <p>Kriterien: Erreichte Höhe (absolut) und in Relation zur Körpergröße</p>

Jahrgangsstufe: Q2	Dauer des UV: 25 Std.	Vernetzung mit UV: 3, 9	Laufende Nummer des UV:12
Bewegungsfeld/Sportbereich: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (BF/SB 7)		Inhaltliche Kerne BF/SB 7: Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)	
Inhaltsfelder Kooperation und Konkurrenz (e)		Inhaltliche Schwerpunkte Kooperation und Konkurrenz - Fairness und Aggression im Sport (e) Kooperation und Konkurrenz - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)	

Thema des UV: Volleyball: Taktisch klug und dennoch fair im Spiel sechs gegen sechs und sechs mit sechs

Kompetenzerwartungen: Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz

BWK:

- LK BWK 7.2: Die Schülerinnen und Schüler können in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampfverhalten bewältigen

Sachkompetenz (SK):

- LK SK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern.

Methodenkompetenz (MK):

- Wählen Sie ein Element
- LK MK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen
- LK MK e.2: Die Schülerinnen und Schüler können bewegungsfeldspezifische Wettkampfregele erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden

Urteilskompetenz (UK):

- LK UK e.1: Die Schülerinnen und Schüler können gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen und zur Leistungsbewertung

Thema des UV: Volleyball: taktisch klug und dennoch fair im Spiel sechs gegen sechs und sechs mit sechs

Didaktische Entscheidungen	Methoden	Theorie-Praxisverknüpfung		Leistungsbewertung
		Gegenstände - Theorie	Gegenstände - Praxis	
<p>Abschließende Vertiefung, Sicherung der grundlegenden sportartspezifischen Fertigkeiten und Fähigkeiten, vor allem im individual-taktischen und mannschaftstaktischen Bereich auch unter dem Aspekt der Fairness.</p> <p>Bewusstmachung subjektiver Wahrnehmungsprozesse im eigenen sportlichen Handeln</p> <p>Erarbeitung theoretischer Grundlagen zum Thema Aggression im Sport</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Problemorientierter Ansatz • GA • Komplexübungen • Globale Spielsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • Fairness im Sport • Aggression/Aggressivität • Aggressionsvermeidung und Fairness im Sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Stellspielvariationen (Läufersysteme) • Angriffsvarianten • Abwehrvarianten (vorgezogenen/zurück-gezogene 6) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aktive Beteiligung • aktive Bereitschaft auch in Gruppen mitzuarbeiten • Bereitschaft zum Auf- und Abbau • Bereitschaft zum aktiven Üben • aktive Beteiligung in Theoriephasen/Reflexion • Referate/ Präsentationen <p>punktuell: 6:6</p> <p>Kriterien: mannschaftstaktisches Verhalten (Umsetzung Läufer-systeme, Angriffsvarianten, Abwehrvarianten)</p>