



Marianne-Weber-Gymnasium  
Ganztagsgymnasium der Alten Hansestadt **Lemgo**

## **Schulinterner Lehrplan für die Gymnasiale Oberstufe**

Fach

**SPORT**

# Inhalt

		Seite
<b>1</b>	<b>Die Fachgruppe Sport am MWG</b>	3 - 4
<b>2</b>	<b>Entscheidungen zum Unterricht</b>	4 - 5
2.1	Unterrichtsvorhaben	6
2.1.1	<i>Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben EF</i>	7 - 13
2.1.2	<i>Konkretisiertes Unterrichtsvorhaben EF</i>	13
2.1.3	<i>Wahlbogen Q-Phase</i>	14
2.1.4	<i>Übersichtsraster Q-Phase</i>	15 - 38
2.1.5	<i>Qualifikationsphase Leistungskurs Sport</i>	38 - 40
2.1.6	<i>Übersichtsraster Leistungskurs Sport</i>	40 - 43
2.1.7	<i>Konkretisiertes Unterrichtsvorhaben Leistungskurs Sport</i>	43- 47
2.2	Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit	47 - 50
2.3	Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung	50 - 53
<b>3</b>	<b>Entscheidungen zu fach- unterrichtsübergreifenden Fragen</b>	54
<b>4</b>	<b>Qualitätssicherung und Evaluation</b>	55
<b>5</b>	<b>Anhang</b>	

# 1. Die Fachgruppe Sport am MWG

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung zu einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können. Darüber hinaus fördert sie das individuelle Interesse von Schülerinnen und Schülern am Leistungssport.

Den Schülerinnen und Schülern soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Das Marianne-Weber-Gymnasium als „Sportbetonte Schule“ setzt sich seit vielen Jahren mit dem Sportklassenkonzept für eine intensive Förderung von jungen Sportlern im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung ein. Die Fachschaft sieht als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport individuell zu unterstützen.

Das MWG fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstdisziplin etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,

- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Wahlpflichtbereich II, sowie im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe, insbesondere im Leistungskurs Sport vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Vor diesem Hintergrund wird die fachliche Handlungskompetenz der Schülerinnen und Schüler bis zum Abitur vertieft. Ziel ist es Bewegung, Spiel und Sport differenziert, begründet und reflektiert in die eigene Lebensgestaltung zu integrieren.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

## **2. Entscheidungen zum Unterricht**

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

Diese Ausführungen können im Fach Sport allerdings nur exemplarisch erfolgen, da sich durch die vielfältigen Möglichkeiten der Profilierung an jeder Schule spezifische und vor allem auch unterschiedliche Kursprofile ergeben können, die in ihrer Gesamtheit an dieser Stelle gar nicht abgebildet werden können.

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

Im Kapitel 2.1.1 wird zunächst die **Einführungsphase** vorgestellt. Die Fachkonferenz des Marianne-Weber-Gymnasiums hat hierfür ein Beispielprofil mit den Kompetenzerwartungen aus den Bewegungsfeldern 1, 3, 4, 6 und 7 und den bewegungsfeldübergreifenden obligatorischen Kompetenzerwartungen aus den Inhaltsfeldern zusammengestellt.

Neben der verbindlichen Durchführung der im Beispielprofil beschriebenen Unterrichtsvorhaben parallel in allen Kursen der EF (häufig schon aus organisatorischen Gründen nicht möglich) sind auch andere Organisationsformen möglich. An dieser Stelle werden zwei alternative Formen beschrieben:

- a) Verbindlich für alle Kurse sind die fünf entwickelten Unterrichtsvorhaben der EF. Falls darüber hinaus noch Freiraum besteht, besteht die Möglichkeit, ein weiteres Unterrichtsvorhaben, das mit den Schülerinnen und Schülern abgesprochen werden kann, durchzuführen.
- b) Die an P2 interessierten Schülerinnen und Schüler werden in einem Kurs zusammengefasst, in dem pro Halbjahr verpflichtend eine Klausur geschrieben wird.

Die Fachkonferenz muss **Maßnahmen zur Vergleichbarkeit der Leistungen** beschließen.

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils **verbindlich**. Die Kursprofile werden von den Schülerinnen und Schülern im Vorfeld mit Hilfe eines Walbogens gewählt.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

## 2.1. Unterrichtsvorhaben Einführungsphase

### Profilierung

*Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens **drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder** mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden. (KLP S. 20)*

Anmerkung: In diesem Beispielprofil sind die Bewegungsfelder 1, 3 und 7 als Profil bildend ausgewählt. Zusätzlich werden ausgewählte Kompetenzerwartungen des Bewegungsfelds 3 in den Blick genommen (vgl. UV I u. UV V), da dieses Bewegungsfeld an unserer Schule häufig in der Qualifikationsphase Profil bildend ist.

## 2.1.1 Übersichtsraster

### Einführungsphase

<b>Halb-jahre</b>	<b>Laufendes UV</b>	<b>Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben</b>
<b>1. HJ</b>	<b>UV I</b>	<b>Laufen, Springen und Werfen in einem selbst zusammengestellten Wettkampf – einen leichtathletischen Mannschaftswettkampf planen, durchführen und auswerten.</b> Eine neu erlernte leichtathletische Technik (z.B. Hürdenlauf) auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten.
	<b>UV II</b>	<b>Die spezielle Spielfähigkeit in Wurfspielen verbessern – Individual-, Gruppen- und/ oder Mannschaftstaktik.</b> Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Basketball und Handball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.
<b>2. HJ</b>	<b>UV III</b>	<b>Entwicklung und Präsentation einer Gruppenchoreographie unter fitnessorientierten Gesichtspunkten.</b> Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten unter vorgegebenen Kriterien ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step - Aerobic, Circuit - Training).
	<b>UV IV</b>	<b>Neue Mitspieler/ Partner und wechselnde Gegner.</b> Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, Punkte sammeln, Kronen sammeln, Jeder gegen Jeden, Mannschaftsturnier) im Badminton und verschiedene Spielformen 3:3/ 6:6 im Volleyball organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

	<b>UV V</b>	<b>Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit anhand der Kernsportarten Laufen (Leichtathletik) und Schwimmen.</b> Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren und abschließende Teilnahme z.B. an einem Volkslauf oder Duathlon.
--	-------------	--



## Grundkurs EF 1.1

**Laufen, Springen und Werfen in einem selbst zusammengestellten Wettkampf – einen leichtathletischen Mannschaftswettkampf planen, durchführen und auswerten.**

Eine neu erlernte leichtathletische Technik (z.B. Hürdenlauf) auf den ausgewählten Lernweg und den persönlichen Erfolg bewerten.

**BF/SB 3:** Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

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

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

**IF:** Trainingsplanung und Organisation (d).

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen/ Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a).

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK).
- Die SuS können unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben (SK).
- Die SuS können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituation selbständig organisieren) (MK).
- Die SuS können den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen (UK).

**Zeitbedarf:** ca. 16 Stunden

## Grundkurs EF 1.2

**Die spezielle Spielfähigkeit in Wurfspielen verbessern – Individual-, Gruppen- und/ oder Mannschaftstaktik.**

Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Basketball und Handball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

**BF/SB 7:** Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

**IK:** Wurfspiele/ Mannschaftsspiele/ Basketball und Handball

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können in einem Mannschaftsspiel Gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.
- Die SuS können Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen und unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

**IF:** Kooperation, Konkurrenz und Wagnis und Verantwortung

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (MK).
- Die SuS können in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.
- Die SuS können den Einfluss psychischer Faktoren (Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (MK).
- Die SuS können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK).
- Die SuS können den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.

**Zeitbedarf:** ca. 16 Stunden

## **Grundkurs EF 1.3**

**Entwicklung und Präsentation einer Gruppenchoreographie unter fitnessorientierten Gesichtspunkten.**

Die Schülerinnen und Schüler erarbeiten unter vorgegebenen Kriterien ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step- Aerobic, Circuit- Training).

**BF/SB 1,6:** Gymnastik – Tanz/ Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen.

**IK:** Formen der Fitness - Gymnastik

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**IF:** Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien/ Gesundheit – gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens.

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK).
- Die SuS können Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern (SK).
- Die SuS können Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert und schematisch darstellen (MK).
- Die SuS können eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten (UK).
- Die SuS können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK).

**Zeitbedarf:** ca. 10 Stunden

## Grundkurs EF 1.4

**Neue Mitspieler/ Partner und wechselnde Gegner.**

Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, Punkte sammeln, Kronen sammeln, Jeder gegen Jeden, Mannschaftsturnier) im Badminton und verschiedene Spielformen 3:3/ 6:6 im Volleyball organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

**BF/SB 7:** Spielen in und mit Regelstrukturen

**IK:** Mannschafts - / Partnerspiel/ Volleyball und Badminton

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können in einem Mannschaftsspiel und einem Partnerspiel Gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

- Die SuS können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (SK).
- Die SuS können sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituation selbständig organisieren) (MK).
- Die SuS können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK).
- Die SuS können die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK).

**Zeitbedarf:** ca. 18 Stunden

## **Grundkurs EF 1.5**

### **Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit anhand der Kernsportarten Laufen (Leichtathletik) und Schwimmen.**

Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren und abschließende Teilnahme z.B. an einem Volkslauf oder Duathlon.

**BF/SB 3,4:** Laufen, Springen, Werfen – LA/ Schwimmen

**IK:** Ausdauerndes Laufen (LZA) und ausdauerndes Schwimmen

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können wettkampfgerecht Laufen (LZA) und eine schwimmerische Disziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.

**IF:** Leistung – Trainingsplanung - Organisation

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können einen individuellen Trainingsplan erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch) (SK).
- Die SuS können unterschiedliche Hilfen (Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (SK).
- Die SuS können ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet

beurteilen (UK).

- Die SuS können allgemeine Gesetzmäßigkeiten vom Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern (MK).
- Die SuS können grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben (MK).

**Zeitbedarf:** ca. 16 Stunden

**Freiraum ca. 20 Stunden**

## 2.1.2 Konkretisiertes Unterrichtsvorhaben (EF 1.2)

**Die spezielle Spielfähigkeit in Wurfspielen verbessern – Individual, Gruppen- und/oder Mannschaftstaktik.** Gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Basketball und Handball zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

### Übersicht über die Unterrichtsstunden (8 Doppelstunden)

- 1. Stunde:** Wiederholung der grundlegenden Fertigkeiten im Basketball – Dribbling und Passen, Korbleger und Positionswurf, individuelles Abwehrverhalten im Basketball.
- 2. Stunde:** „Stationsarbeit“ – zur Verbesserung der grundlegenden Fertigkeiten und Fähigkeiten im Basketball.
- 3. u. 4. Stunde:** „Spielen wie die Profis“ – Vermittlung und Erarbeitung der Gruppentaktik „Give and Go“ und „Pick and Roll“ mit visueller Unterstützung (z.B. Videosequenzen bzw. Taktik-Boards).
- 5. Stunde:** „Kreativ spielen“ – erarbeiten eigener Lösungsmöglichkeiten in Bezug auf Gruppen- und Mannschaftstaktik im Basketball. Erproben und anwenden des erarbeiteten im Spiel.
- 6. Stunde:** „Das Wurfspiel Handball“ – ein spielorientierter Ansatz. Wiederholung der grundlegenden Handballspezifischen Fertigkeiten in situationsorientierten Spielformen.
- 7. Stunde:** „Wir spielen Handball“ – kursinternes bzw. kursübergreifendes Spielen in leistungsheterogenen Mannschaften.
- 8. Stunde:** „Basketball – Turnier“ – Anwenden der spieltaktischen Elemente in einem Basketball – Turnier

## 2.1.3. Wahlbogen für die Qualifikationsphase im Fach Sport

Name:

Bitte gebt eure Wunschreihenfolge mit den Ziffern 1 und 2 an !!

<b>Kurs A</b>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>  1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)	<u>Profil bildende Inhaltsfelder</u>  1. f - Gesundheit  2. e – Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern
<b>Kurs B</b>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>  1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)	<u>Profil bildende Inhaltsfelder</u>  1. f – Gesundheit  2. e – Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern
<b>Kurs C</b>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>  1. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)	<u>Profil bildende Inhaltsfelder</u>  1. d – Leistung  2. e – Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern
<b>Kurs D</b>	<u>Profil bildende Bewegungsfelder</u>  1. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik 2. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)	<u>Profil bildende Inhaltsfelder</u>  1.d – Leistung  2. e – Kooperation und Konkurrenz sowie Schwerpunkte aus allen anderen Inhaltsfeldern

Unterschrift:

## 2.1.4 Übersichtsraster

### Qualifikationsphase Profil 1: BF1/BF7(VB)

Halb- jahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
<b>Q1.1</b>	<b>UV I</b>	<b>Nur ZUSAMMEN zum Erfolg!</b> - Vermittlung von technischen und taktischen Grundelementen des Volleyballspiels zur Verbesserung der mannschafts-/gruppentaktischen Spielfähigkeit im 3:3 bzw. 6:6
	<b>UV II</b>	<b>Neue Fitnesstrends</b> wie z.B. Zumba, Aerobic und TaeBo in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen
	<b>UV III</b>	<b>Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton</b> Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, reflektieren und verändern.
<b>Q1.2</b>	<b>UV IV</b>	<b>Style your Body - Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung ohne Handgeräte</b> - Funktionales Muskeltraining ohne Geräte zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
	<b>UV V</b>	<b>Cool down</b> - Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode für sich selbst nutzen i.V. mit UV IV
	<b>UV VI</b>	<b>Per Eigen- und Fremdrückmeldung zum Spielerfolg</b> – Verbesserung der individuellen und mannschaftstaktischen Fähigkeiten im Volleyball unter Berücksichtigung von Taktikbausteinen, Medieneinsatz

<b>Q2.1</b>	<b>UV VII</b>	„Raus aus der Halle – Rein in den Sand!“ - Die alternative Sportspielvariante Beachvolleyball in variierenden Spiel- und Wettkampfsituationen erproben (2:2, 6:6)
	<b>UV VIII</b>	<b>Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik)</b> i.V. UV VII
	<b>UV IX</b>	<b>Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel</b> Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. Fakultativ austauschbar mit FlagFootball
<b>Q2.2</b>	<b>UV X</b>	Sich im <b>Volleyballwettkampf</b> mit seinen individuellen Stärken und Schwächen leistungs- und teamorientiert präsentieren und positionsspezifisch weiterentwickeln.
	<b>UV XI</b>	<b>Stress und Anspannung effektiv lösen</b> - Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach JACOBSEN zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen i.V. mit UV X
	<b>Freiraum</b>	<b>z.B.:</b> <b>Einführung in das Sportspiel Flag Football</b> Erarbeitung bislang unbekannter Technik- und Taktikelemente im Handlungsfeld eines alternativen Sportspiels.



## Profil 2: BF1/BF7(BB)

Halb-jahre	Laufendes UV	Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben
Q1.1	UV I	<b>Streetball und andere BB-Varianten</b> - selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
	UV II	<b>Neue Fitnesstrends</b> wie z.B. Zumba, Aerobic und TaeBo in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen
	UV III	<b>Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton</b> Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, reflektieren und verändern.
Q1.2	UV IV	<b>Style your Body - Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung ohne Handgeräte</b> - Funktionales Muskeltraining ohne Geräte zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
	UV V	<b>Cool down</b> - Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode für sich selbst nutzen i.V. mit UV IV
	UV VI	<b>Vom Streetball zum Basketball</b> - in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
Q2.1	UV VII	<b>Let's play</b> - in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.
	UV VIII	<b>Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik)</b> i.V. UV VII

	<b>UV IX</b>	<b>Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel</b> Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. Fakultativ austauschbar mit FlagFootball
<b>Q2.2</b>	<b>UV X</b>	<b>The Winner takes it all</b> - Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, Punkte sammeln, Kronen sammeln, Jeder gegen Jeden, Mannschaftsturnier) im Basketball und verschiedene Spielformen organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.
	<b>UV XI</b>	<b>Stress und Anspannung effektiv lösen</b> - Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach JACOBSEN zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen i.V. mit UV X
	<b>Freiraum</b>	<b>z.B.:</b> <b>Einführung in das Sportspiel Flag Football</b> Erarbeitung bislang unbekannter Technik- und Taktikelemente im Handlungsfeld eines alternativen Sportspiels.

### Profil 3: BF3/BF7 (VB)

<b>Halb-jahre</b>	<b>Laufendes UV</b>	<b>Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben</b>
<b>Q1.1</b>	<b>UV I</b>	<b>Ausdauer verbessern</b> – Laufen erfahren unter verschiedenen Sinngewandungen und bei verschiedener Belastungsstruktur

	<b>UV II</b>	<b>Nur ZUSAMMEN zum Erfolg!</b> - Vermittlung von technischen und taktischen Grundelementen des Volleyballspiels zur Verbesserung der mannschafts-/gruppentaktischen Spielfähigkeit im 3:3 bzw. 6:6
	<b>UV III</b>	<b>Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton</b> Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, reflektieren und verändern.
<b>Q1.2</b>	<b>UV IV</b>	<b>Erlernen und Verbessern des Hürdenlaufs und des Hochsprungs</b> im Hinblick auf einen leichtathletischen Mehrkampf.
	<b>UV V</b>	<b>Erlernen und Verbessern einer technischen Wurfdisziplin</b> aus der Leichtathletik – Erfahren und Anwenden unterschiedlicher methodischer Konzepte.
	<b>UV VI</b>	<b>Per Eigen- und Fremdrückmeldung zum Spielerfolg</b> – Verbesserung der individuellen und mannschaftstaktischen Fähigkeiten im Volleyball unter Berücksichtigung von Taktikbausteinen, Medieneinsatz
<b>Q2.1</b>	<b>UV VII</b>	<b>„Raus aus der Halle – Rein in den Sand!“</b> - Die alternative Sportspielvariante Beachvolleyball in variierenden Spiel- und Wettkampfsituationen erproben (2:2, 6:6)
	<b>UV VIII</b>	<b>Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit</b> anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik)
	<b>UV IX</b>	<b>Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel</b> Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. Fakultativ austauschbar mit Flag-Football
<b>Q2.2</b>	<b>UV X</b>	Sich im <b>Volleyballwettkampf</b> mit seinen individuellen Stärken und Schwächen leistungs- und teamorientiert präsentieren und positionsspezifisch weiterentwickeln.

	<b>UV XI</b>	<b>Jetzt geben wir alles</b> - Der leichtathletische Wettkampf unter dem Aspekt der Anwendung der erlernten leichtathletischen Disziplinen und der Durchführung eines historisch reglementierten Wettbewerbs.
	<b>Freiraum</b>	<b>z.B.:</b> <b>Einführung in das Sportspiel Flag-Football</b> Erarbeitung bislang unbekannter Technik- und Taktikelemente im Handlungsfeld eines alternativen Sportspiels.

#### Profil 4: BF3/BF7 (BB)

<b>Halb-jahre</b>	<b>Laufendes UV</b>	<b>Themen der einzelnen Unterrichtsvorhaben</b>
<b>Q1.1</b>	<b>UV I</b>	<b>Ausdauer verbessern</b> – Laufen erfahren unter verschiedenen Sinngestaltungen und bei unterschiedlicher Belastungsstruktur
	<b>UV II</b>	<b>Streetball und andere BB-Varianten</b> - selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen
	<b>UV III</b>	<b>Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton</b> Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, reflektieren und verändern.
<b>Q1.2</b>	<b>UV IV</b>	<b>Erlernen und Verbessern des Hürdenlaufs und des Hochsprungs</b> im Hinblick auf einen leichtathletischen Mehrkampf.

	<b>UV V</b>	<b>Erlernen und Verbessern einer technischen Wurfdisziplin</b> aus der Leichtathletik – Erfahren und Anwenden unterschiedlicher methodischer Konzepte.
	<b>UV VI</b>	<b>Vom Streetball zum Basketball</b> - in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.
<b>Q2.1</b>	<b>UV VII</b>	<b>Let's play</b> -in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.
	<b>UV VIII</b>	<b>Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit</b> anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik)
	<b>UV IX</b>	<b>Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel</b> Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden. Fakultativ austauschbar mit FlagFootball
<b>Q2.2</b>	<b>UV X</b>	<b>The Winner takes it all</b> - Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, Punkte sammeln, Kronen sammeln, Jeder gegen Jeden, Mannschaftsturnier) im Basketball und verschiedene Spielformen organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.
	<b>UV XI</b>	<b>Jetzt geben wir alles</b> - Der leichtathletische Wettkampf unter dem Aspekt der Anwendung der erlernten leichtathletischen Disziplinen und der Durchführung eines historisch reglementierten Wettbewerbs.
	<b>Freiraum</b>	<b>z.B.:</b> <b>Einführung in das Sportspiel Flag-Football</b> Erarbeitung bislang unbekannter Technik- und Taktikelemente im Handlungsfeld eines alternativen Sportspiels.

## 2.1.2 Konkretisiertes Unterrichtsvorhaben

### Profil 1:

#### Q1.1

**Nur ZUSAMMEN zum Erfolg! - Vermittlung von technischen und taktischen Grundelementen des Volleyballspiels zur Verbesserung der mannschafts-/gruppentaktischen Spielfähigkeit im 3:3 bzw. 6:6**

**BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**

**IK:** Mannschaftsspiel Volleyball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können im gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

Die SuS können in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenen Wettkampfverhalten bewältigen.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)  
Bewegungsstruktur und Bewegungslernen – Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können grundlegende Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK).
- Die SuS können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK).
- Die SuS können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK).
- Die SuS können unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK).

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

#### Q1.2

**Neue Fitnesstrends wie z.B Zumba, Aerobic und TaeBo in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen**

Die Schülerinnen und Schüler planen für sich und andere unter ausgewählten Zielrichtungen eine Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Tae Bo, Zumba).

**BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**IK:** Formen der Fitness - Gymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in verschiedenen Bewegungsbereichen

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step- Aerobic, Circuit- Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) selbstständig erarbeiten und präsentieren.

**IF:** Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien (b), Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK).
- Die SuS können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nach-, um-, neugestalten) (MK).
- Die SuS können Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK).
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

## Q1.3

**Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton**

Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, reflektieren und verändern.

**BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**

**IK:** Partnerspiele – Einzel und Doppel im Badminton.

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

In einem Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz (e),

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen/ Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a).

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können individualtaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK).

- Die SuS können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK).

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q1.4

### **Style your Body - Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung**

#### **BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**IK:** Funktionales Muskeltraining zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung (z.B. Crosstraining, Circuit, usw.)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

**IF:** Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f).

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mithilfe von Erklärungsmodellen erläutern (SK).
- Die SuS können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK).
- Die SuS können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen (UK).

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q1.5

### **Cool down - Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden für sich selbst nutzen**

#### **BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**IK:** funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können unterschiedliche Programme und Funktionen zum Dehnen (statisch/dynamisch) benennen und gezielt an entsprechender Muskulatur anwenden.

**IF:** Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)



### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (Verletzungsprävention durch funktionelles Dehnen) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern (SK).
- Die SuS können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK).
- Die SuS können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mithilfe von Erklärungsmodellen beurteilen (UK).

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## **Q1.6**

**Per Eigen- und Fremdrückmeldung zum Spielerfolg** – Verbesserung der individuellen und mannschaftstaktischen Fähigkeiten im Volleyball unter Berücksichtigung von Taktikbausteinen, Medieneinsatz

### **BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**

**IK:** Mannschaftsspiel (Volleyball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können im gewählten Mannschaftsspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz – Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten  
Leistung – Trainingsplanung und –organisation (e)

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

- Die SuS können die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK).
- Die SuS können individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK).

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

## **Q2.7**

**„Raus aus der Halle – Rein in den Sand!“** – Die alternative Sportspielvariante Beach-Volleyball in variierenden Spiel- und Wettkampfsituationen erproben (2:2; 6:6)

### **BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**

**IK:** Alternative Spiele und Sportspielvarianten

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können in dem gewählten Mannschafts- und Partnerspiel grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektieren.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz (e)

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können

- individual-, gruppen- mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen (MK),
- bewegungsspezifische Wettkampffregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK)
- gegenseitige Achtung und Rücksichtnahme sowie die Ambivalenz von Fairness- und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen theoriegeleitet beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## **Q2.8**

**Verbesserung der individuelle Ausdauerleistungsfähigkeit** anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik)

### **BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**

**IK:** Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA 30 Minuten)

**IF:** Leistung (d)

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können

- die Entwicklung ihrer individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (z.B. Trainingstagebuch, Portfolio) (MK)
- Trainingspläne unter Berücksichtigung unterschiedlicher Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzung entwerfen (MK)
- zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeiten erläutern (SK).
- Die SuS können physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q2.9

**Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel -** Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.

### **BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**

**IK:** Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können in dem gewählten Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz (e)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- individualtaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK).
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfbregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK).

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## Q2.10

Sich im **Volleyballwettkampf** mit seinen individuellen Stärken und Schwächen leistungs- und teamorientiert präsentieren und weiterentwickeln

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

**IK:** Mannschaftsspiel – Volleyball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

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

**Inhaltsfeld:** (e) Kooperation und Konkurrenz

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfbregeln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden (MK)

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q2.11

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

**BF/SB 1:** Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

**IK:** Psychoregulative Verfahren zur Entspannung

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

**Inhaltsfeld:** (f) Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können:

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

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## **Profil 2:**

### Q1.1

**Die spezielle Spielfähigkeit weiterentwickeln und vertiefen** – Individual- und gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten im Basketball/Streetball unter besonderer Berücksichtigung der Verbesserung der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten.

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

**IK:** Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Streetball)

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können:

- im Basketball grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch - koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden (BWK)

**Inhaltsfeld:** (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

## **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können:

- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten) erläutern (SK)
- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK)
- Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK)
- unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen miteinander vergleichen und kritisch beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

## **Q1.2**

### **Neue Fitnessrends wie z.B Zumba, Aerobic und TaeBo in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen**

Die Schülerinnen und Schüler planen für sich und andere unter ausgewählten Zielrichtungen eine Fitnessgymnastik (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Tae Bo, Zumba).

### **BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**IK:** Formen der Fitness - Gymnastik, Aerobe Ausdauerfähigkeit in verschiedenen Bewegungsbereichen

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step- Aerobic, Circuit- Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) selbstständig erarbeiten und präsentieren.

**IF:** Bewegungsgestaltung – Gestaltungskriterien (b), Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern (SK).
- Die SuS können verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nach-, um-, neugestalten) (MK).
- Die SuS können Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen. (UK).
- Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK)

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

## Q1.3

### **Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton**

Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, reflektieren und verändern.

### **BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**

**IK:** Partnerspiele – Einzel und Doppel im Badminton.

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

In einem Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden.

**IF:** Kooperation und Konkurrenz (e),

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen/ Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens (a).

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können individualtaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK).
- Die SuS können Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden (MK).

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q1 .4

### **Style your Body - Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung**

#### **BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**IK:** Funktionales Muskeltraining zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung (z.B. Crosstraining, Circuit, usw.)

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden.

**IF:** Gesundheitskonzepte unter dem Aspekt des sportlichen Handelns (f).

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mithilfe von Erklärungsmodellen erläutern (SK).

- Die SuS können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK).
- Die SuS können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln mit Hilfe von Erklärungsmodellen beurteilen (UK).

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q1.5

### **Cool down - Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode für sich selbst nutzen**

#### **BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**IK:** funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethode

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können unterschiedliche Programme und Funktionen zum Dehnen (statisch/dynamisch) benennen und gezielt an entsprechender Muskulatur anwenden.

**IF:** Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

- Die SuS können gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (Verletzungsprävention durch funktionelles Dehnen) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern (SK).
- Die SuS können Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen (MK).
- Die SuS können positive und negative Einflüsse auf das eigene sportliche Handeln sowie das Handeln anderer mithilfe von Erklärungsmodellen beurteilen (UK).

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## Q1.6

**Die spezielle Spielfähigkeit – Teil 2** - in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

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

**IK:** Mannschaftsspiele/Basketball

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können:

- im Basketball grundlegende Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der

hierzu erforderlichen technisch - koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden, (BWK)

**IF: (e) Kooperation und Konkurrenz**

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituation erläutern (SK)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK)
- die Ambivalenz von Fairness und Konkurrenzprinzipien in sportlichen Handlungs- und Wettkampfsituationen beurteilen (UK)

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

## **Q2.7**

**Let`s play** – in dem gewählten Mannschaftsspiel grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenen Wettkampfverhalten bewältigen.

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

**IK:** Mannschaftsspiele/Basketball

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:**

Die SuS können:

- in einem Mannschaftsspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und Defensive anwenden.

**IF: (e) Kooperation und Konkurrenz**

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK)

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden



## Q2.8

**Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik) i.V. UV Q.7**

- siehe UV 8 aus Profil 1

## Q2.9

**Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel**

- Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.  
Fakultativ austauschbar mit Flagfootball

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

**IK:** Partnerspiel - Badminton

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- In einem Partnerspiel individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und Defensive anwenden

**IF:** (d) Leistung

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

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

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## Q2.10

**The Winner takes it all** – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, Jeder gegen Jeden, Mannschaftsturnier) im Basketball und verschiedene Spielformen organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

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

**IK:** Mannschaftsspiele

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen

Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

- In einem Mannschaftsspiel oder einem Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und Defensive anwenden.

**IF:** (e) Kooperation und Konkurrenz

### **Bewegungsübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- Die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)

Zeitbedarf: ca. 10 Stunden

## **Q2.11**

**Stress und Anspannung effektiv lösen** – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach JACOBSEN zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen – i.V. mit UV Q.2.10

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

- **Siehe UV 11 aus Profil 1**

## **Profil 3:**

### **Q1.1**

**Ausdauer verbessern** – Laufen erfahren unter verschiedenen Sinngebungen und bei verschiedener Belastungsstruktur

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

- **Siehe UV 8 aus Profil 1**

## Q1.2

**Nur zusammen zum Erfolg!** – Vermittlung von technischen und taktischen Grundelementen des Volleyballspiels zur Verbesserung der mannschafts-/gruppentaktischen Spielfähigkeit im 3:3 bzw. 6:6.

➤ **Siehe UV 1 aus Profil 1**

## Q1.3

**Festigung und Weiterentwicklung der Grundlagen im Badminton** – Übungen zu Unterhandschlägen, Überkopfclear, Smash und Angabe zur Technik- und Taktikoptimierung ausführen, Reflektieren und verändern.

➤ **Siehe UV 3 aus Profil 1**

## Q1.4

**Erlernen und Verbessern des Hürdenlaufs und des Hochsprungs im Hinblick auf einen leichtathletischen Mehrkampf**

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

**IK:** Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- Eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (Hürdenlauf)

**IF:** (d) Leistung; (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK)
- Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen erläutern (SK)

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## Q1.5

**Erlernen und Verbessern einer technischen Wurfdisziplin aus der Leichtathletik –**  
Erfahren und Anwenden unterschiedlicher methodischer Konzepte.

- in Verbindung mit UV 4.

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

**IK:** Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (Speer)

**IF:** (a) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen; (d) Leistung

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben (SK).
- Unterschiedliche Konzepte zum motorischen Lernen vergleichend beurteilen (UK).
- Zielgerichtete Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern (SK).

Zeitbedarf: ca. 14 Stunden

## Q1.6

**Per Eigen- und Fremdrückmeldung zum Spielerfolg –** Verbesserung der individuellen und mannschaftstaktischen Fähigkeiten im Volleyball unter Berücksichtigung von Taktikbausteinen, Medieneinsatz.

- **Siehe UV 6 aus Profil 1**

## Q2.7

**„Raus aus der Halle – Rein in den Sand1“ –** Die alternative Sportspielvariante Beachvolleyball in variierenden Spiel- und Wettkampfsituationen erproben (2:2; 6:6).

- **Siehe UV 7 aus Profil 1**

## Q2.8

**Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit** anhand der Kernsportart Laufen (Leichtathletik)

- **Siehe UV 8 aus Profil 1**

## Q2.9

**Die spezielle Spielfähigkeit im Badminton verbessern – im Einzel und im Doppel**  
Individualtaktische Lösungsmöglichkeiten im Badminton zur Verbesserung von Angriff und Abwehr mit unterschiedlichen Mitspielern erfolgreich anwenden.  
Fakultativ austauschbar mit Flagfootball.

- **Siehe UV 9 aus Profil 1**

## Q2.10

Sich im **Volleyballwettkampf** mit seinen individuellen Stärken und Schwächen leistungs- und teamorientiert präsentieren und positionsspezifisch weiterentwickeln.

- **Siehe UV 10 aus Profil 1**

## Q2.11

**Jetzt geben wir alles** – Der leichtathletische Wettkampf unter dem Aspekt der Anwendung der erlernten leichtathletischen Disziplinen und der Durchführung eines historisch reglementierten Wettbewerbs.

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

**IK:** Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß

**Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Laufen, Wurf/Stoß und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

**IF:** (d) Leistung, (e) Kooperation und Konkurrenz

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- Anforderungssituationen im Sport auf ihre leistungsbegrenzenden Faktoren hin beurteilen (UK).
- Bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen erläutern (MK).
- Individuelle Strategien für erfolgreiches Sporttreiben umsetzen (MK).

Zeitbedarf: ca. 12 Stunden

## **Profil 4:**

Das Profil 4 setzt sich aus den Unterrichtsvorhaben aus **Profil 2** (Basketball) und **Profil 3** (Leichtathletik) zusammen.

**Siehe Übersichtsraster!!**

### **2.1.3 Qualifikationsphase im Leistungskurs**

#### **Darstellung des Kursprofils**

Der Leistungskurs Sport am MWG soll den Kursteilnehmern einen fundierten Einblick in die Vielfalt und Vielschichtigkeit der Welt des Sports bieten. Neben den sportpraktischen Themen werden viele fächerverbindende Aspekte aus den Bereichen der Naturwissenschaften und der Gesellschaftswissenschaften integriert.

Im Bereich der Sportpraxis stehen der leichtathletische Mehrkampf und Volleyball/Basketball oder Volleyball/Badminton zusammen mit der Verbesserung der Ausdauer im Vordergrund.

Im Theorieunterricht der Q1 werden vorwiegend die Bereiche der Trainingslehre (Herz-Kreislauf - System, Ausdauer, Kraft und Energiebereitstellung) und der Bewegungslehre (Biomechanik, Motorik, Koordination) thematisiert.

In der Q2 wird der Sport verstärkt aus einer gesellschaftswissenschaftlichen Position betrachtet. Themen wie Fairness und Fairplay, Doping, Aggressions- und Motivationsaspekte sowie insgesamt der Stellenwert des Sports in der Gesellschaft, Aufgaben des Schulsports und gesundheitliche Aspekte des Sports werden behandelt. Außerschulische Partner sind im Bereich der Trainingslehre (Leistungsdiagnostik) die Sportfakultät der Universität Paderborn und im Bereich des Gesundheitssports der TV Lemgo.

Zudem wird eine mehrtägige sportorientierte Kursfahrt angeboten.

Die genauen inhaltlichen Vorgaben für die Schülerinnen und Schüler, die im kommenden Jahr Abitur machen wollen, findet man unter:

<https://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/cms/zentralabiturgost/faecher.php?fach=33>

## Bewegungsfelder/Sportbereiche

### Akzentuierung von 2 BF/SB

**BF/SB 3:**  
**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**

und

**BF/SB 7:**  
**Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**

mit den (ausgewählten) verbindlichen Kompetenzerwartungen (BWK)

**BF/SB 3:**

#### Inhaltliche Kerne:

Ist das Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, sind die **ersten beiden inhaltlichen Kerne sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern verbindlich:

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

#### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **Techniken in verschiedenen Lauf-, Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und unter Beachtung biomechanischer Sachverhalte optimieren,**
- **einen leichtathletischen Mehrkampf in einer Wettkampfsituation, bestehend aus Lauf- (einschließlich einer Ausdauerleistung von mindestens 5000 m), Wurf/Stoß- und Sprungdisziplinen unter Ausnutzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen,**
- **Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (LZA bis 45 Minuten),**
- alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten.

**BF/SB 7:**Inhaltliche Kerne:

Ist das Bewegungsfeld „Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele“ in der Qualifikationsphase Profil bildend, ist **einer der ersten beiden inhaltlichen Kerne vertieft sowie ein weiterer** inhaltlicher Kern ergänzend verbindlich zu behandeln.

- **Mannschaftsspiel - Volleyball**
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. Street-Variationen, Beach-Volleyball, Flag-Football)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- **in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Entscheidungs- und Handlungsmuster einschließlich der hierzu erforderlichen technischen-koordinativen Fertigkeiten und taktischen-kognitiven Fähigkeiten reflektiert anwenden,**
- **in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe von taktisch differenziertem Wettkampferhalten bewältigen,**
- selbst entwickelte oder bereits etablierte Spiele und Spielformen analysieren, variieren und durchführen

**Inhaltsfelder (IF)**

**alle IF vertieft**

mit **allen** inhaltlichen Schwerpunkten  
(SK, MK, UK)

**2.1.4 Übersichtsraster Leistungskurs Sport**

Kurs- halbjahr	Inhaltsfelder/ Kompetenz- erwartungen	Bewegungs- feld/Sport- bereich	<b>Themen der einzelnen UV und Inhalte zzgl. zu inhaltlichen Schwerpunkten</b>
	d, a  BWK 3.1 SK a3	3	UV 1 Erweiterung des leichtathletischen Bewegungsrepertoires in einer technischen Disziplin – Speerwurf – unter Berücksichtigung der biomechanischen Betrachtungsweise und von Bewegungsmerkmalen sowie unter Berücksichtigung lerntheoretischer und methodischer Aspekte.



Q1.1	d, a BWK 7.1 UK d2 SK e1 MK e2	7	UV 2 Festigen technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten im Volleyball (unteres u. oberes Zuspiel, Aufschlag von oben, Block als Verteidigungsmittel; hier auch sportmotorisches Testverfahren des Jump- and Reach-Tests, Video-/Eigen- und Fremdbeobachtung zur Spielfähigkeit im Volleyball).
	e, a BWK 7.1; 7.2 SK e1, e3 MK e1 SK a1 UK a1	7 (2)	UV 3 Basketball: Wie vermittelt man sportliche Fertigkeiten in einer Spielsportart (MÜR und Prinzipien, Teillernmethode, Ganzheitsmethode) – Dribbling, Passvarianten, Korbleger, Positionswurf – praktische Erprobung von Sportspielvermittlungsmodellen am Beispiel Basketball.
	c, b BWK 5.1; 5.2 SK c1, b1 MK c1 UK b1	5	UV 4 Herausfordernde Situationen beim Springen, Fliegen und Überschlagen. Sprünge auf dem Minitramp, Hinführung zum Handstützüberschlag mithilfe einer MÜR (siehe UV 3); Eigen- und Fremdanalyse der Überschlagssprünge mit dem Tablet bzw. per Video; Feedback und Instruktionsregeln.
O1.2	a, e BWK 7.1; 7.2 SK a2, e1 MK e1	7	UV 5 Entwicklung und Vertiefung technischer Fertigkeiten im Volleyball (Fortsetzung von UV 2; sowie Angriffsschlag) und taktischer Verhaltensweisen (Doppelblocksituationen, Blocksicherung, Spiel in der Kleingruppe).
	d, f BWK 3.2 SK d2 MK d2 UK d2	3	UV 6 Ausdauer verbessern – Laufen unter verschiedenen Sinngebungen bei unterschiedlicher Belastungsstruktur (Grundlagen der Trainingslehre, Formen der Energiebereitstellung, Adaptationserscheinungen des H-K-S an sportliches Training, praktische Erprobung relevanter Trainingsmethoden zur Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit, Testverfahren zur Überprüfung der konditionellen Leistungsfähigkeit Ausdauer: <b>Laktat-Feldstufentest mit Auswertung an der Uni Paderborn</b> , Leistungsüberprüfungsformen praktisch: 5000m-Lauf unter Abiturbedingungen, Cooper-Test, theoretisch. Conconi-Test
	a, e BWK 7.2; 7.3, 7.4 SK a2, e2	7	UV 7 „Raus aus der Halle – rein in den Sand“ – Beachvolleyball als Variante zum Hallenvolleyball unter Berücksichtigung spieltaktischer u.

	MK e2		struktureller Unterschiede (siehe UV 5) in Verbindung mit Flag-Football – das Spielen entdecken und Spielräume nutzen.
	d, e BWK 3.1 SK d2 MK d1	3	UV 8 Wettkampfleistungen planen können – Planung und Durchführung eines kursinternen leichtathletischen Dreikampfes (100m, Weitsprung bzw. Hochsprung, Kugelstoß bzw. Speerwurf); ergänzend hierzu: Schnelligkeitstraining und Lauf-ABC als Basis für den erfolgreichen Sprint.
	f, d BWK 4.1; 4.2 SK d1, d2 MK d1, d2	4	UV 9 Schwimmen als Ausdauersportart – Wiederholung und Festigung der Schwimmarten (Kraul- und Brustschwimmen), Erprobung der Abiturausdauerleistung im Schwimmen.
	a, f BWK 8.1; 8.2 SK a2 MK f1	8	UV 10 Kursfahrt Leistungskurs Sport – Erproben und Erlernen unterschiedlicher Fahr- und Gleitsportarten: Mountainbike, Windsurfen, Wellenreiten, Kanusport.
<b>Q2.1</b>	a, d BWK 3.1 SK a1, f1 UK a1 UK d1 MK d1	3	UV 11 Erweiterung des leichtathletischen Bewegungsrepertoires anhand des Kugelstoßens und des Hochsprungs (in Verbindung mit der Theorieeinheit „Kraft“); Kugel: Technischelemente: Standstoß, Angleittechnik, Drehstoßtechnik; Leistungsüberprüfung anhand der Abiturtabellen (Weite) sowie einer Techniküberprüfung. Hochsprung: Verbesserung in der technischen Disziplin Hochsprung über den Einsatz von Programmen und verstärkter Partnerschafts-Hilfe – versch. Sinnrichtungen, Ziel- und Aufgabenstellungen (Grundlagen der Bewegungsanalyse in Bezug zum methodischen Arbeiten; Meinel/Schnabel, Göhner, Schöllhorn) in Verbindung mit dem Thema Doping – unphysiologische Maßnahmen zur Leistungssteigerung.
	d, e BWK 7.1; 7.2 SK d2, e1 MK e1	7	UV 12 Optimierung der taktischen Elemente des Volleyballspiels – Läufersystem, vorgezogene 6, Aufgaben der jeweiligen Spielpositionen, variables Angreifen gegen Blocksysteme; Festigung des Angriffsschlages (z.B. Lob), Plyometrisches Reaktiv-Sprungkrafttraining im Volleyball.

	f, a, b BWK 1.1; 1.3 SK f1, f2 UK f1	1	UV 13 Gesund durch Sport – Krank durch Sport? – Nutzen und Risiken des Sports – WHO-Konzept, Gesundheitsmodelle; Bewegungen aus dem Alltag werden unter gesundheitlichen Aspekten analysiert – z.B. Rückenschule, Funktionsgymnastik, Koronar-Sport, gesundheitsorientierte Fitnesskurse.
	e, a BWK 7.1 SK a1 MK a1, e1 UK a1, d1	7	UV 14 Basketball: Verbesserung der technisch-koordinativen Fähigkeiten (KAR-Modell, differenziertes Lernen); Entwicklung und Erprobung von Spielsituationen zur Verbesserung der Angriffs- und Abwehrtaktik, Erprobung im Zielspiel.
<b>Q2.2</b>	f, e, d BWK SK e2 MK e2 UK e1	10	UV 15 Soziales Handeln im Sport innerhalb und außerhalb der Schule unter besonderer Berücksichtigung von Motivation und Aggression im Vergleich von Schulsport, Wettkampfsport und Breitensport.
	d, e BWK 7.1; 7.2 SK d1 MK e1; e2	7	UV 16 Wettkampforientiertes Handeln in unterschiedlichen Spielsituationen und Turnierformen im Volleyball .
		10	UV 17 Sportartübergreifende Theorie – Wiederholung – und gezielte Prüfungsvorbereitung.
	d, e BWK 3.1; 3.2 BWK 4.2 BWK 7.1; 7.2 MK d2, e1, e2 SK e1	3, 4, 7	UV 18 Individuell die Leistung verbessern – gezielte Vorbereitung auf die prüfungsrelevanten Sportarten der sportpraktischen Prüfung (Volleyball, Leicht-Athletik, Ausdauerdisziplinen).

### ACHTUNG!!

Es ergeben sich ggf. Änderungen und Kombinationen innerhalb der einzelnen Unterrichtsvorhaben in Abhängigkeit der bekannten und neuen (!) Vorgaben zu den inhaltlichen Schwerpunkten im jeweiligen Abiturjahrgang.

## 2.1.4 Konkretisiertes Unterrichtsvorhaben LK – Sport

### Q1 UV 4

**Herausfordernde Situationen beim Springen, Fliegen und Überschlagen bewältigen und reflektieren.** Sprünge auf dem Mini-Tramp, Hinführung zum Handstützüberschlag mithilfe der MÜR (siehe auch UV 3), Eigen- und Fremdanalyse der Überschlagssprünge mit dem Tablet bzw. per Video; Feedback und Instruktiionsregeln

#### **BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen**

**IK:** Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen

#### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine bewältigen.
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

**IF:** (c) Wagnis und Verantwortung, (b) Bewegungsgestaltung

#### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

Die SuS können:

- Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) erläutern (SK).
- Mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und anwenden (MK).
- Ausgewählte Ausführungs- und Gestaltungskriterien bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern (SK).
- Präsentationen kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Indikatoren beurteilen (UK).

### **Übersicht der einzelnen Stunden (7 Doppelstunden)**

#### **Fallen aus bestimmten Höhen – eigenes Zutrauen und Können weiterentwickeln**

- 1. Stunde:** Wagnis als Grenzerfahrung, als Balanceakt zwischen Verunsicherung und Zuversicht, als Möglichkeit der Bewährung und Ermutigung.
- 2. Stunde:** Vorbereitende Übungen mit dem Minitrampolin sollen hohe Übungsfrequenzen haben und die Distanz der SuS untereinander verringern. (Einführung der Helfergriffe „Schubhilfe“ und „ganzer Klammerdrehgriff am Oberarm“; Anlauf und Absprungschulung.
- 3. Stunde:** Stützsprünge aus dem Anlaufen auf einen hohen Mattenberg – Rollen von einem Mattenberg herunter. Helfergriffe anwenden. Stützüberschlag vom Mattenberg bzw. hohen Kasten. – Anwenden einer MÜR

4. **Stunde:** Überschlagsprünge auf einer schrägen Geländebahn.  
Handstützüberschlag über den Querkasten mit Mini-Tramp, ggf. auch mit Reuterbrett (Sprungbrett) . Beherrschen der Helfergriffe.
5. **Stunde:** Handstützüberschlag mit Mini-Tramp/Sprungbrett über einen Querkasten (unterschiedliche Höhen) und einführen des Längskastens.  
Einsatz der Videobeobachtung zur Eigenanalyse. Feedback und Instruktiionsregeln.
6. **Stunde:** Handstützüberschlag über Quer- und Längskasten mit Sprungbrett (Mini-Tramp) an unterschiedlichen Kastenhöhen für unterschiedliche Könnensstufen.  
Eigen- und Fremdanalyse per Videobeobachtung (erarbeiten von Kriterien für die Abnahme). Anwenden von Feedback und Instruktiionsregeln.
7. **Stunde:** Abnahme – SuS präsentieren/turnen einen Handstützüberschlag gemäß ihres Könnens. Die Kenntnisse der vorangegangenen Unterrichtsstunden sollen angewandt werden.

### **Bemerkungen zum Unterrichtsvorhaben**

Für die Beurteilung sind grundsätzlich die bekannt gegebenen Kriterien gültig. Der Lernerfolg in diesem Unterrichtsvorhaben soll jedoch auch in folgenden Verhaltensweisen sichtbar werden.

- Im Einlassen auf Unterrichtssituationen
- Im Bewegungskönnen (auch im Lernfortschritt und der Lerngeschwindigkeit)
- Im bewussten und reflektiertem, umsichtigen Abwägen von Risiken und Wagnissituationen
- In der Beharrlichkeit auf ein Übungs- und Trainingsziel hinzuarbeiten sowie im Erproben und Experimentieren
- Im umsichtigen Umgang mit der eigenen und der Gesundheit anderer in Wagnis und Erlebnissituationen
- In der realistischen Einschätzung eigener Fähigkeiten (unterstützt durch Videoanalyse zur Eigen- und Fremdanalyse) und ihrer Grenzen sowie der Abwägung der Möglichkeiten ihrer Verschiebung.

**Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen in der Übersicht (28 Kompetenzerwartungen gesamt)**

Inhaltsfelder	SK1	SK2	SK3	MK1
<b>a. Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	unterschiedliche Konzepte des motorischen Lernens beschreiben	grundlegende Aspekte der sensorischen Wahrnehmung und der zentralnervösen Steuerung bei sportlichen Bewegungen beschreiben,	Zusammenhänge von Struktur und Funktion von Bewegungen (Phasenstruktur, biomechanische Gesetzmäßigkeiten ) erläutern.	Methoden zur Verbesserung ausgewählter koordinativer Fähigkeiten zielgerichtet anwenden.
<b>b. Bewegungsgestaltung</b>	Ausführungs- und Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern.			verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung unterscheiden (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten).
<b>c. Wagnis und Verantwortung</b>	Faktoren zur Entstehung von Emotionen (Freude, Frustration, Angst) theoriegeleitet erläutern,	unterschiedliche Motive beim Sporttreiben benennen und ihre Bedeutung erläutern.		mit Wagnis- und Risikosituationen vor dem Hintergrund eigener Erfahrungen und eigener Leistungsfähigkeit bewusst umgehen und dabei notwendige Sicherheitsmaßnahmen initiieren und differenziert anwenden.
Inhaltsfelder	SK1	SK2	SK3	MK1
<b>d. Leistung</b>	Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen	physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern.		die Entwicklung der individuellen Leistungsfähigkeit dokumentieren (Trainingstagebuch,

	Belastungsgrößen und differenzierter bewegungsfeldspezifischer Zielsetzungen in ihrer Funktion erläutern,			Portfolio).
<b>e. Kooperation und Konkurrenz</b>	die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern,	Erklärungsansätze zur Entstehung und Vermeidung von aggressivem und fairem Verhalten erläutern.	ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen.	individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen,
<b>f. Gesundheit</b>	gesundheitsfördernde und gesundheitsschädigende Faktoren (u.a. Doping) bezogen auf die körperliche Leistungsfähigkeit differenziert erläutern,	gesundheitliche Auswirkungen von Sporttreiben bezogen auf die eigene Fitness und das Wohlbefinden mit Hilfe von Erklärungsmodellen erläutern.		Übungen und Programme im Hinblick auf die Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit eigenverantwortlich durchführen.

## **2.2. Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit**

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

### Überfachliche Grundsätze:

- 1.) Geeignete Problemstellungen zeichnen die Ziele des Unterrichts vor und bestimmen die Struktur der Lernprozesse.
- 2.) Inhalt und Anforderungsniveau des Unterrichts entsprechen dem Leistungsvermögen der Schüler/innen.
- 3.) Die Unterrichtsgestaltung ist auf die Ziele und Inhalte abgestimmt.
- 4.) Medien und Arbeitsmittel sind schülernah gewählt.
- 5.) Die Schüler/innen erreichen einen Lernzuwachs.
- 6.) Der Unterricht fördert eine aktive Teilnahme der Schüler/innen.
- 7.) Der Unterricht fördert die Zusammenarbeit zwischen den Schülern/innen und bietet ihnen Möglichkeiten zu eigenen Lösungen.
- 8.) Der Unterricht berücksichtigt die individuellen Lernwege der einzelnen Schüler/innen.
- 9.) Die Schüler/innen erhalten Gelegenheit zu selbstständiger Arbeit und werden dabei unterstützt.
- 10.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Partner- bzw. Gruppenarbeit.
- 11.) Der Unterricht fördert strukturierte und funktionale Arbeit im Plenum.



- 12.) Die Lernumgebung ist vorbereitet; der Ordnungsrahmen wird eingehalten.
- 13.) Die Lehr- und Lernzeit wird intensiv für Unterrichtszwecke genutzt.
- 14.) Es herrscht ein positives pädagogisches Klima im Unterricht.

### Fachliche Grundsätze:

Der Sportunterricht am Marianne – Weber - Gymnasiums folgt den Prinzipien eines **erziehenden Sportunterrichts**. Die Unterrichtsgestaltung ist durch schüleraktivierendes und selbst gesteuertes Lernen geprägt.

Im Sinne der **Kompetenzorientierung** geht es im Sportunterricht darum, erworbenes Wissen über sportliche Zusammenhänge sowie motorisches Können in unterschiedlichen Anforderungssituationen anwenden zu können.

Dazu werden von den Fachkolleginnen und Kollegen **individualisierte Lernarrangements** geschaffen, die auf der **Diagnose der Lernausgangslage** basieren und an den Stärken der Schülerinnen und Schüler ausgerichtet sind. Offene Aufgabenformate wie z.B. Lernaufgaben finden verstärkt Berücksichtigung. Somit werden im Sportunterricht in allen Kursen und in allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen Lernprodukte erstellt und diskutiert.

Die Reflexion über Ziele und Methoden sowie die Beurteilung von Lernwegen und Lernprodukten erfolgt nach dem Prinzip der **reflektierten Praxis** auf der Übungsstätte. Diese Verknüpfung von Theorie und Praxis führt zu einem bewussten Lernen und

sichert Kenntnisse in den Kompetenzbereichen Sach-  
Methoden- und Urteilskompetenz. Wesentliche  
Unterrichtsergebnisse werden gesichert und visualisiert, damit  
dieser Erkenntnisgewinn im Verlauf des Unterrichtsvorhabens  
weiter genutzt werden kann.

Im Grundkurs bleiben einzelne Theoriestunden die Ausnahme.  
In der Regel wird im Sportunterricht eine **Praxis-Theorie-  
Verknüpfung** angestrebt.

Beiträge zur Unterrichtsgestaltung u.a. unterschiedliche Formen  
der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung  
innerhalb eines Unterrichtsvorhabens gehören zu den  
Bestandteilen der sonstigen Mitarbeit und sind von allen  
Schülerinnen und Schülern in jedem Halbjahr zu erbringen.

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

## **2.3 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung**

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

Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

### Verbindliche Absprachen:

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen.

Das Fach Sport ist am Marianne – Weber - Gymnasium als Leistungskurs wählbar. Im sogenannten Vorbereitungskurs Sport in der Einführungsphase wird den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit gegeben, sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben, um auf die Anforderungen im Leistungskurs vorzubereiten.

Die Fachkonferenz Sport erarbeitet ein Konzept für die unterschiedlichen Sportkurse, das sowohl die leistungsmäßigen als auch die gesundheitlichen Aspekte bzgl. der entsprechenden Kompetenzerwartungen berücksichtigt.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

### **Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung**

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

1. sein Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,

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

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

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

Konkretisierung zu 1 und 2:

- *mindestens eine quantitative Messung und/oder eine qualitative Messung (z.B. Demonstration) pro Halbjahr (abhängig vom Kursprofil)*
  - *mindestens ein Test zu einem konditionellen Leistungsfaktor (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)bezogen auf die profilbildenden Bewegungsfelder und Sportbereiche*
3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
  4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

Konkretisierung zu 3 und 4:

- *Kooperation wird gemäß dem gemeinsam erarbeiteten Bewertungsbogen bewertet.*
- *Einmal in der Qualifikationsphase muss eine Gruppenleistung bewertet werden.*

*Überprüfungsformen zu 4 sind in erster Linie Beiträge zur Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsgespräche.*

### **3. Entscheidungen zu fachunterrichtsübergreifenden Fragen**

#### **Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie**

In der EF stimmen sich die Fächer Biologie und Sport inhaltlich bezüglich des übergeordneten Themas „Grundlagen der sportlichen Leistung“ ab. Dabei übernimmt das Fach Biologie einen Großteil der stoffwechselphysiologischen Aspekte im Hinblick auf die Energiebereitstellung im menschlichen Körper und die Funktionsweise der Skelettmuskulatur. Im Sportunterricht (angeknüpft an das UV V – Verbesserung der individuellen Ausdauerleistungsfähigkeit...) werden dann Trainingsaspekte besprochen, die bei der erfolgreichen Schulung der aeroben Ausdauer und der damit verbundenen alaktaziden Energiebereitstellung im Muskel berücksichtigt werden müssen. Anschließend werden diese dann unter Praxis Gesichtspunkten (Duathlon bzw. Volkslauf) erprobt und im Anschluss reflektiert.

#### **Zusammenarbeit mit weiteren Fächern**

Da das Fach Sport am Marianne-Weber-Gymnasium auch als Leistungskurs gewählt werden kann, wird die Möglichkeit eine Klausur in der Qualifikationsphase durch eine Facharbeit zu ersetzen relativ häufig gewählt. Hier kommt es immer wieder - abhängig von der Themenwahl - zu einer engen Zusammenarbeit sowohl mit den geisteswissenschaftlichen Fächern Geschichte und Sozialwissenschaften als auch wiederum mit der Biologie. Die sportwissenschaftlichen Teildisziplinen Sportbiologie, Sportsoziologie und Sportgeschichte weisen diesbezüglich häufig Überschneidungen auf.

#### **Projektkurs**

Die Fachgruppe Sport hat ab 2015 einen Projektkurs eingerichtet, indem die Schüler/innen sich sowohl mit sportpädagogischen als auch mit leistungssportlichen Fragestellungen beschäftigen.

## 4. Qualitätssicherung und Evaluation

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart:

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

Koordinatoren für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne sind Frau Frohn und Herr Frensing. Die Koordinatoren verpflichten sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich ein Leitbild mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule zu entwickeln. Das Leitbild ist der Schulöffentlichkeit vorzulegen und regelmäßig im Abstand von 5 Jahren zu evaluieren und fortzuschreiben.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans/ Projektmanagements (Sport als WP II – Kurs, Sport als Abiturfach, Sport im Ganztage, Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens, ...), im Rahmen einer systematischen Fachkonferenzarbeit.