

Schulinterner Lehrplan am Gymnasium St. Michael Paderborn – Sekundarstufe II (G8)

Sport

(Fassung vom 25.2.2020)

(Es gelten die Rahmenbedingungen des schulinternen Lehrplans der Sekundarstufe I)

Schulinterner Lehrplan für die Einführungsphase im Fach Sport (Stand 2016)

1. Allgemeine Hinweise zu den Kompetenzerwartungen
bis zum Ende der Einführungsphase
2. Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen
3. Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und
Sportbereichen
4. Schulinternes Curriculum der Einführungsphase
am Gymnasium St. Michael
5. Übersicht über die Bewegungsfelder und
Sportbereiche
6. Übersicht über die bewegungsspezifischen Kompetenz-
erwartungen in der EP am Gymnasium St. Michael

Allgemeine Hinweise zu den Kompetenzerwartungen bis zum Ende der Einführungsphase

Der Unterricht soll es den Schülerinnen und Schülern ermöglichen, dass sie - vor dem Hintergrund einer ggf. heterogenen Kompetenzentwicklung in der Sekundarstufe I am Ende der Einführungsphase über die im Folgenden genannten Kompetenzen verfügen. Dabei sind folgende Rahmenbedingungen für die Profilbildung zu berücksichtigen:

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.

1 Bewegungsfeld übergreifende Kompetenzerwartungen

In der Einführungsphase wird aus der Gesamtheit der inhaltlichen Schwerpunkte eine Auswahl getroffen. Bezieht man diese sowie die Sach-, Methoden und Urteilskompetenz aufeinander, so ergeben sich die nachfolgenden Kompetenzerwartungen. Sie sind für alle ausgewählten Kombinationen von Bewegungsfeldern und Sportbereichen verbindlich:

- Inhaltsfeld a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

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

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.

- Inhaltsfeld b: Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt

- Gestaltungskriterien

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.

- Inhaltsfeld c: Wagnis und Verantwortung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

– Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

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

- Inhaltsfeld d: Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

– Trainingsplanung und -organisation

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,

- unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.

- Inhaltsfeld e: Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.

- Inhaltsfeld f: Gesundheit

Inhaltlicher Schwerpunkt:

- Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Sachkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.

Methodenkompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.

Urteilskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen. ¹

2. Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern und Sportbereichen

In der Einführungsphase wird aus der Gesamtheit der inhaltlichen Kerne aller Bewegungsfelder und Sportbereiche der gymnasialen Oberstufe eine Auswahl getroffen. Berücksichtigt man diese grundlegenden inhaltlichen Kerne der Bewegungsfelder und Sportbereiche, ergeben sich die nachfolgenden konkretisierten **Kompetenzerwartungen:**

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

Inhaltliche Kerne:

- Formen der Fitnessgymnastik
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

¹ Hrsg.: Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen Düsseldorf 2014.S. 20-23

Die Schülerinnen und Schüler können

- ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.
- unterschiedliche Dehnmethoden im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.

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

Inhaltlicher Kern:

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

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).
- einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.

- BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen

Inhaltliche Kerne:

- Sportschwimmen: Schwimmmarten, Lagenschwimmen, ausdauerndes Schwimmen, Start- und Wendetechniken
- Bewegungskunststücke und Bewegungsgestaltungen im Wasser

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.

- Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.

- BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen

Inhaltliche Kerne:

- Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen
- Normungebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätekombinationen

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebebalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.
- turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

- BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

Inhaltliche Kerne:

- Tanz
- Gymnastik

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.

- ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.

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

Inhaltliche Kerne:

– Mannschaftsspiele (z.B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

oder

– Partnerspiele - Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

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

- Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.

- BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport

Inhaltliche Kerne:

– Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z.B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, Inline-Skating, Skateboard fahren)

oder

– Gleiten auf dem Wasser (z.B. Rudern, Segeln, Kanufahren, Segelsurfen, Wasserski)

oder

– Gleiten auf Eis und Schnee (z.B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.
- in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegungshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.

• BF/SB 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Inhaltliche Kerne:

- Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z.B. Ringen, Judo)

oder

- Zweikampfformen ohne direkten Körperkontakt (z.B. Taekwondo, Karate)

oder

- Zweikampfformen mit Gerät (z.B. Fechten, Kendo)

Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

Die Schülerinnen und Schüler können

- Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden.
- in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen und darauf adäquat reagieren.²

² Hrsg.: Ministerium für Schule und Weiterbildung des Landes Nordrhein-Westfalen Düsseldorf 2014.S. 23-27

Schulinternes Curriculum der Einführungsphase am Gymnasium St. Michael

Übersicht über die Bewegungsfelder und Sportbereiche

Bewegungsfeld und Sportbereich 1 (BF/SB 1):

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- a) **Stepp-Aerobic** (8 Std.)
- b) **Ausdauer** (10 – 12 Std.)
- c) **Dehnmethode**n (4 – 6 Std.)

Bewegungsfeld und Sportbereich 2 (BF/SB 3):

Leichtathletik

- a) **Hürdenlauf** (8 – 10 Std.)
- b) **Leichtathletischer Mehrkampf** (8 – 10 Std.)

Bewegungsfeld und Sportbereich 3 (BF/SB 7):

Sportspiele

- a) **Volleyball** (10 – 12 Std.)
- b) **Hockey** – frei

Bewegungsfeld und Sportbereich 4 (BF/SB 9) frei:

Ringen und Kämpfen

Übersicht über die bewegungsspezifischen Kompetenzerwartungen in der EP am Gymnasium St. Michael

BF/SB 1:

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

- a) Stepp-Aerobic
- b) Ausdauer
- c) Dehnmethoden

BF/SB 2 (3):

Leichtathletik

- a) **Hürdenlauf**
- b) **Leichtathletischer Mehrkampf**

BF/SF 3 (7):

Sportspiele

- a) **Volleyball**
- b) **Hockey – frei**

BF/SF 4 (9) frei:

Ringern und Kämpfen

1. Unterrichtsvorhaben EF:

Thema: Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig

- Die individuelle Ausdauer gezielt verbessern unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Leistungssteigerung

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Trainingsplanung- und organisation / Formen ausdauernden Laufens

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Formen ausdauernden Laufens mit Tempowechsel unter verschiedenen Zielsetzungen gestalten (**LZA 60 Minuten**) (SK, UK)
- Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauer erläutern (SK)
- Unterschiedliche Belastungsgrößen zur Gestaltung eines Trainings erläutern (SK)
- Individuelle Ausdauerfähigkeit auch außerhalb des Unterrichts trainieren und verbessern (MK, UK)
- Ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen (UK)

Inhaltsfeld: d – Leistung

Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training /
Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Zielgerichtet Maßnahmen zur Steigerung der individuellen Leistungsfähigkeit erläutern
- Trainingspläne unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Belastungsgrößen und differenzierter Zielsetzungen entwerfen und erläutern (übergreifend)
- Physiologische Anpassungsprozesse durch Training erläutern (übergreifend)

Zeitbedarf: 10 – 12 Std.

2. Unterrichtsvorhaben EF:

Thema: Alternative Wettkämpfe – Der Schnellste ist nicht immer der Beste – Entwicklung und Erprobung alternativer Wettkämpfe unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen um den Leistungsbegriff differenziert beurteilen zu können

BF/SB: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe (z.B. Hochsprungmehrkampf) durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten (SK, MK)
- Grundlegende Aspekte bei der Planung und Durchführung von sportlichen Handlungssituationen erlernen (SK)
- Die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen beurteilen (UK)

Inhaltsfelder: e – Kooperation und Wettkampf

f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte: Fairness und Aggression im Spiel (e)

Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: 8 - 10 Std

3. Unterrichtsvorhaben EF

**Thema: Erlernen und Festigen technischer Fertigkeiten im Volleyball - selbstständig
Bewegung erlernen und verbessern**

BF/SF: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)

Inhaltlicher Kern: Strukturen von Bewegungsabläufen erkennen und in ihrer Funktionalität verstehen.

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzen:

- sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen - Aufgaben verteilen, Mannschaften bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren (MK)
- unterschiedliche Lernwege in der Bewegungslehre beschreiben (SK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (Freude, Frustration) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben (SK)
- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch, sozial) erläutern (SK)
- den Einfluss psychischer Faktoren (Freude, Frustration, Gruppendruck, Erwartungshaltung) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen (UK)
- die Bedeutung und Auswirkung von gruppendynamischen Prozessen und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen (UK)

Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

d – Leistung (d)

e – Kooperation und Konkurrenz (e)

f – Gesundheit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: 10 – 12 Stunden

4. Unterrichtsvorhaben EF:

Thema: Vom rhythmischen Überqueren von Hindernissen zum Hürdenlauf; Entwicklung der Grobform des Hürdenlaufes unter dem Aspekt der Zusammenhänge zwischen Struktur und Funktion der Bewegungen im Bereich der leichtathletischen Kurzstreckenläufen

BF/SB: Laufen Springen, Werfen – Leichtathletik

Inhaltlicher Kern: Erlernen leichtathletischer Disziplinen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Hürdenlauf in der Grobform, ggf. unter Nutzung alternativer Geräte, ausführen
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe durchführen und nach festgelegten Kriterien bewerten
- Leistungsfaktoren der leichtathletischen Kurzstreckenläufe (konditionelle Voraussetzungen, technische und koordinative Fertigkeiten und Fähigkeiten, konstitutionelle Merkmale) erkennen und ihre Bedeutung im Hinblick auf die Zieltechnik erläutern

Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

c – Wagnis und Verantwortung

e – Leistung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

- unterschiedliche Hilfen (z. B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden (MK)
- in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren (MK)
- den eigenen Trainingsfortschritt bzw. den Grad der Realisierung der Zieltechnik beurteilen (UK)

Zeitbedarf: 8-10 Std.

5. Unterrichtsvorhaben EF

Thema: Auf und nieder immer wieder! Ausdauerschulung durch eine Step-Choreographie

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Inhaltlicher Kern: Trainieren der aeroben Ausdauerfähigkeit

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Ein Step-Aerobic-Fitnessprogramm unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit) im Rahmen einer Gruppengestaltung erarbeiten und präsentieren (SK)
- Gesundheitsorientiert (aerobe Ausdauer) belasten (SK)
- Ausgewählte Grundtechniken in einer Gruppengestaltung zusammenführen (MK)
- Erhöhung des Schwierigkeitsgrades und der Komplexität (MK)
- Bewegungs- und Gestaltungsqualität nach vorgegeben Kriterien beurteilen (UK)

Inhaltsfelder: b - Bewegungsgestaltung

f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)
- Gestaltungsform und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkung gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden erkennen (f)
- Den Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit erkennen (a)
- Die Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) in eine Choreographie umsetzen (b)

Zeitbedarf: 8 Stunden

6. Unterrichtsvorhaben EF

Thema: Stark für das Leben – gedehnt und gekräftigt

BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Inhaltlicher Kern: Ganzheitliche Körperkräftigung unter Berücksichtigung unterschiedlicher Dehnmethode n gezielt für sich selbst nutzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Unterschiedliche Dehnmethode n im Hinblick auf verschiedene Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden (SK/MK)
- Selbstständig entwickelte Programme zur individuellen Förderung von Koordination, Beweglichkeit und Kraft funktional und differenziert anwenden (SK/MK)

Inhaltsfeld: f - Gesundheit

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit (f)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Auswirkung gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden erkennen und erfahren (f)
- Die Notwendigkeit eines funktionellen Muskeltrainings zur Haltungsschulung erkennen (f)
- Unterschiedliche Dehn- und Kräftigungsübungen im Hinblick auf die Zielbewegung selbstständig erarbeiten und qualitativ beurteilen (a)

Zeitbedarf: 4-6 Stunden

Qualifikationsphase im Grundkurs Q1 und Q2

Stand 2019

Am Gymnasium St. Michael Paderborn gibt es in der Oberstufe vier Grundkurse mit unterschiedlichen Profilen. Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

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

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

„Die Fachkonferenz berät und entscheidet auf der Grundlage des Standortlehrplans der Schule darüber, welche Bewegungsfelder und Sportbereiche für den Kursunterricht der gymnasialen Oberstufe als profilbildende Inhaltsbereiche ausgewählt werden können. Sie legt in Absprache mit der Schulleitung den Organisationsrahmen für die Einrichtung der Sportkurse in der Jahrgangsstufe EF und in der Qualifikationsphase fest und trägt dafür Sorge, dass in parallel angebotenen Kursen in der Qualifikationsphase insbesondere im Hinblick auf die Pädagogischen Perspektiven auch unterschiedliche Kursprofile realisiert werden. „ (ebd. S.90)

Im Weiteren werden in den RuL Sport (vgl. S.90) die darüber hinaus gehenden Aufgaben präzisiert:

- Absprachen über die Berücksichtigung der grundlegenden Inhaltsbereiche im Verlauf der gymnasialen Oberstufe
- Eine Präzisierung der fachlichen Obligatorik
- Absprachen zur Konkretisierung der Unterrichtsvorhaben in der Q1
- Sicherung vergleichbarer Anforderungen in unterschiedlichen Kursprofilen
- Absprachen über die konkreten fachspezifischen Methoden und die konkreten Formen selbstständigen Arbeitens
- Absprachen über die zeitliche Zuordnung gleichartiger Unterrichtsvorhaben in unterschiedlichen Kursprofilen zur Vermeidung inhaltsgleicher Kurse für Wiederholende
- Absprachen über die Formen fachübergreifenden Arbeitens und den Beitrag des Faches zu fächerverbindendem Unterricht
- Koordination des Einsatzes von Facharbeiten
- Absprachen zur besonderen Lernleistung

Die sich anschließenden Unterrichtsvorhaben werden im laufenden Schuljahr erprobt und gegebenenfalls geändert.

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich u.U. folgende Kursprofile:

Kurs	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	1. Inhaltsfeld mit leitender Perspektive	2. Inhaltsfeld mit leitender Perspektive
1	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Volleyball)	b- Bewegungsgestaltung f-Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	c- Wagnis und verantwortung f-Gesundheit	b – Bewegungs- gestaltung
3	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Bewegen im Wasser - Schwimmen	e - Kooperation und Konkurrenz	a - Bewegungsstruktur und Be- wegungslernen (Fitness) f-Gesundheit
4	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Badminton/Volleyball)	b – Bewegungsgestaltung f-Gesundheit	e - Kooperation und Konkurrenz

Qualifikationsphase (Q1) 1. Halbjahr

Kursprofil 1: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Unterrichtsvorhaben I:

Im Bewegungsfeld/Sportbereich **Spielen in und mit Regelstrukturen**

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

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Unterrichtsvorhaben II:

Thema: Selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit Handgerät
(Ball, Seil, Band)

BF/SB: Gestalten, Darstellen – Gymnastik, Bewegungskünste

Inhaltlicher Kern:

Aktionsmöglichkeiten aus dem Bereich Gymnastik

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbstständig entwickelte gymnastische Bewegungskompositionen mit oder ohne Handgerät unter Anwendung ausgewählter Gestaltungskriterien (Raum/Zeit/Dynamik/formaler Aufbau) allein und in der Gruppe variieren und präsentieren.³

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltungskriterien

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 -15 Std.

³ Diese Kompetenzerwartung stammt aus dem Bewegungsfeld 6 und gehört dementsprechend nicht zur Obligatorik.

Qualifikationsphase (Q1) 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

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

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

Inhaltliche Schwerpunkte:

Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen (c)

Gestaltung von Sport- und Spielgelegenheiten (e)

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 – 15 Std.

Unterrichtsvorhaben IV:

Thema: Stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition

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

Inhaltlicher Kern:

Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- selbstständig entwickelte stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

selbstständig entwickelte stilgebundene tänzerische Bewegungskomposition

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, Formaler Aufbau) in der Gruppe variieren und präsentieren.

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

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

Qualifikationsphase (Q2) – 1. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben V:

Thema: Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines Läufersystems zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele (Volleyball)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Mannschaftsspiel den Spielablauf analysieren und ein Turnier durchführen.
- in dem gewählten Mannschafts- oder Partnerspiel (Einzel und Doppel) grundlegende Spielsituationen mithilfe von taktisch angemessenem Wettkampfverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben VI:

Thema: Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste

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

Inhaltlicher Kern: Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder – **themen** unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, **Dynamik**, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern. (SK)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

Qualifikationsphase (Q2) – 2. Halbjahr

Unterrichtsvorhaben VII:

Thema: Spielen mal anders – Spielen aus anderen Kulturkreisen/Spielvariationen

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Mannschaftsspiele

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- Die Spiele entwickeln, vorstellen, analysieren, variieren und durchführen (Referate)

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Wettkampf

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Spielhorizontes

Zeitbedarf: ca. 12 - 15 Std.

Unterrichtsvorhaben VIII:

Thema: Tanzen mal anders –

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

Inhaltlicher Kern: Tanzen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- ausgehend von selbst gewählten oder vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder – **themen** unterschiedliche Bewegungs- und Darstellungsmöglichkeiten unter Berücksichtigung spezifischer Gestaltungs- und Ausführungskriterien zum Experimentieren und Improvisieren nutzen.

Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltungskriterien

Improvisation und Variation von Bewegung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Bewegungshorizontes
- ausgewählte Ausführungs- und alle Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, **Dynamik**, formaler Aufbau) bei Bewegungsgestaltungen anhand von Indikatoren erläutern, ausprobieren und durchführen. (SK)
- verschiedene methodische Zugänge zur Bewegungsgestaltung (nachgestalten, umgestalten, neu gestalten) unterscheiden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 15 – 18 Std.

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

Kursprofil 2: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

(Das Tanzen ist analog zum Kursprofil 1 angelegt)

Unterrichtsvorhaben I

Thema: Fortbewegung auf Rollen

BF/SB: Inlineskaten (je nach Kurswahl kann auch Fahrradfahren als Profil angeboten werden)

Inhaltlicher Kern:

Inlineskaten - Grundtechniken

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen und Schüler können technisch-koordinative Fertigkeiten beim Inlineskaten sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern.

Sie können sich sicher auf Skates fortbewegen, bremsen und fallen und die erlernten Techniken in unterschiedlichen Situationen (u.a. Straßenverkehr, Gelände, Witterungsbedingungen) adäquat einsetzen.

Inhaltsfeld: f – Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens

Inhaltliche Schwerpunkte: Sicheres Inlineskaten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: Die SuS können beim Inlineskaten allein und in der Gruppe sportstpezifische Vereinbarungen (z.B. Verhalten auf Fußgänger- und Radwegen oder Regeln im Straßenverkehr) erläutern und während kleinerer Touren anwenden.

Sie können die situativen Anforderungen (z.B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen.

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben II

Thema: Inlineskaten

BF/SB: Vertiefung und Ausdauertraining

Inhaltlicher Kern: Ausdauernd Inlineskaten

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Die Schülerinnen können unterschiedliche Belastungsgrößen zur Gestaltung eines Trainings auf Skates erläutern.

Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Ausdauertraining in unterschiedlichen Geländeformen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Bewegungshorizontes
- Allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern.

Zeitbedarf ca. 10 Stunden

Unterrichtsvorhaben III

Thema: Inlineskaten

BF/SB: Inline on tour

Inhaltlicher Kern:

Ausdauernd Inlineskaten und Planen von Touren auf Skates

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Sinnzusammenhänge beim Inlineskaten als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten (z.B. Bergauf- und abfahren, Staffel- und Intervallfahren) unterscheiden und beurteilen.

Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung

Inhaltliche Schwerpunkte:

Tourenplanung

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Bewegungshorizontes
- Grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung bei Touren im Umland beachten, beschreiben und durchführen.

Zeitbedarf: ca. 15 Std.

Kursprofil 3: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

(Das Volleyballspielen ist analog zum Kursprofil 1 angelegt)

Unterrichtsvorhaben I

Thema: Schwimmarten

BF/SB: Vertiefung einer Schwimmart

Inhaltlicher Kern:

Schwimmen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-, Delfinschwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen.

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Schwerpunkte:

Sportschwimmen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Bewegungshorizontes
- Physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen.

Zeitbedarf: ca. 10 Std.

Unterrichtsvorhaben II

Thema: Ausdauernd Schwimmen und Schwimmarten

BF/SB: sportartspezifisch Ausdauer unter Anwendung trainingstheoretischer Kenntnisse gesundheitsorientiert optimieren. Vertiefung einer weiteren Schwimmart

Inhaltlicher Kern:

Anhaltendes Schwimmen

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Schwimmarten/-stile (Kraul-, Brust-, Rücken-, Schmetterling-, Delfinschwimmen) auch in Verbindung mehrerer Lagen unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende wettkampfgerecht ausführen.

LZA 24 Minuten ausdauernd Schwimmen

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Schwerpunkte:

Sportschwimmen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Bewegungshorizontes
- Physikalische Besonderheiten des Mediums Wasser in verschiedenen Handlungssituationen nutzen, um Bewegungstechniken je nach Anforderungen zieleffizient auszuführen.

Zeitbedarf: ca. 8-10 Std.

Unterrichtsvorhaben III

Thema: Rettungsschwimmen

BF/SB: Rettungsaufgaben mit Realitätsbezug

Inhaltlicher Kern:

DLRG Bronze/ DLRG Silber

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

Auslösen der Rettungskette, Anschwimmen in Kleidung, Sicherung des zu Rettenden, Abschleppen, aus dem Wasser bringen, Wiederbeleben an einer Rettungspuppe allein oder gemeinsam planen und bewältigen.

Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltliche Schwerpunkte:

Rettungsschwimmen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- Erweiterung des Bewegungshorizontes
- Verantwortungsvoller Umgang mit dem eigenen Körper und vertiefendes Verständnis für lebensrettende Maßnahmen.

Zeitbedarf: ca. 18-20 Std.

Kursprofil 4: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

(Das Tanzen ist analog zum Kursprofil 1 angelegt)

Unterrichtsvorhaben I

Thema: Eine Technik für jede Situation? – Unterschiedliche Spielvermittlungsmodelle zur Erweiterung der technisch-koordinative Fertigkeiten im Badminton kennen und anwenden und so in komplexen Spielsituationen besser angemessen agieren und reagieren können

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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,

Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
Spielvermittlungsmodelle

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

- die Bedeutung von Faktoren, Rollen und Regeln für das Gelingen von Spielsituationen erläutern (SK)
- ausgewählte Spielvermittlungsmodelle vergleichen. (SK)
- individual-, gruppen- und mannschaftstaktische Strategien für erfolgreiches Sporttreiben nutzen. (MK)
- bewegungsfeldspezifische Wettkampfregeleln erläutern und bei der Durchführung von Wettkämpfen anwenden. (MK)

Zeitbedarf: ca. 7 Std.

Unterrichtsvorhaben II

Thema: Üben, üben, üben – Ausgewählte badmintonspezifische Techniken unter Berücksichtigung von Anpassungserscheinungen im Hinblick auf die Abiturprüfung durch geschulte koordinative Fähigkeiten optimiert beherrschen

ca. 7 Stunden

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartung:

- 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,

Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Einfluss der koordinativen Fähigkeiten auf die sportliche Leistungsfähigkeit

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartung:

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

Inhaltsfeld: d - Leistung

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Entwicklung der Leistungsfähigkeit durch Training/ Anpassungserscheinungen

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 8 - 10 Std.

Unterrichtsvorhaben III:

Thema: Neue Partner und wechselnde Gegner – Unterschiedliche Turnierformen (Kaiserturnier, „Punkte sammeln“, „Kronen sammeln“, „jeder gegen jeden“, Mannschaftsturnier) im Badminton organisieren, durchführen und unter unterschiedlichen Zielsetzungen und Rahmenbedingungen beurteilen.

BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele – Badminton

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

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

Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz

Inhaltlicher Schwerpunkt:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 12 Std.

Unterrichtsvorhaben IV

Thema: Badminton IV: Jetzt mal ganz allein zu zweit – Unter besonderer Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede im Doppelspiel selbstständig das Technik- und Taktiktraining im Badmintonspiel organisieren und notwendige Gelingenskriterien definieren

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

Inhaltlicher Kern:

Partnerspiele – Einzel und Doppel (z.B. Badminton, Tennis, Tischtennis)

Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:

- in dem gewählten Partnerspiel (Einzel und Doppel) komplexe Spielsituationen mithilfe taktisch differenziertem Wettkampfvverhalten bewältigen.

Inhaltsfeld: e Kooperation und Konkurrenz

Inhaltliche Schwerpunkte:

Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten
Spielvermittlungsmodelle

Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:

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

Zeitbedarf: ca. 15 - 17 Std.

Kompetenzbereiche, Inhaltsfelder und Kompetenzerwartungen

Die in den allgemeinen Aufgaben und Zielen des Faches beschriebene umfassende Handlungskompetenz wird ausdifferenziert, indem fachspezifische Kompetenzbereiche und Inhaltsfelder identifiziert und ausgewiesen werden. Dieses analytische Vorgehen erfolgt, um die Strukturierung der fachrelevanten Prozesse einerseits sowie der Gegenstände andererseits transparent zu machen. In den Kompetenzerwartungen werden beide Seiten miteinander verknüpft. Damit wird der Tatsache Rechnung getragen, dass der gleichzeitige Einsatz von Können und Wissen bei der Bewältigung von Anforderungssituationen eine zentrale Rolle spielt (Siehe schulinterner Lehrplan Sek I).

Leistungsbewertung im Gymnasium St. Michael in der Sekundarstufe II (Stand 2016)

Das vorliegende Leistungskonzept im Fach Sport basiert auf den Richtlinien und Lehrplänen-Sekundarstufe II Gymnasium/Gesamtschule NRW, der allgemeinen Prüfungsordnung für die Sekundarstufe II (APO Gost, § 13-16) und dem Schulgesetz § 48.

Grundsätze der Leistungsbewertung im Sport

Die Bewertung im Fach Sport findet ausschließlich im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“ statt. Leistungsbewertung ist ein kontinuierlicher Prozess. Bewertet werden „alle von SuS im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten Leistungen“. Die Leistungsbewertung bezieht sich auf die im unterrichtlichen Zusammenhang vermittelten Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse. Die Kriterien der Notengebung sind den SuS vor bzw. während jeden Unterrichtsvorhaben transparent mitzuteilen.

Leistungsbewertung setzt voraus, dass die SuS im Unterricht Gelegenheit hatten, die entsprechenden Anforderungen in Umfang und Anspruch kennen zu lernen und sich auf diese vorzubereiten.

Bewertet werden Qualität und Umfang der Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse, die methodische Selbstständigkeit in ihrer Anwendung sowie die sachgemäße schriftliche und mündliche Darstellung (u.a. sachliche und sprachliche Richtigkeit). Bei Gruppenleistungen muss die individuelle Schülerleistung bewertbar sein.

Die Anforderungen orientieren sich an den drei Anforderungsbereichen (AFB I: Wiedergabe von Kenntnissen, AFB II: Anwenden von Kenntnissen, AFB III: Problemlösen und Werten). Die vielfältigen Möglichkeiten der Lernerfolgsüberprüfung muss in engem Zusammenhang mit den jeweiligen Zielen und Inhalten des Sportunterrichts stehen (Rückbezug auf die leitende pädagogische Perspektive).

Darüber hinaus gehen weitere Aspekte sportbezogenen Verhaltens in die Leistungsbewertung mit ein.

Leistungen im Bereich sportbezogenen, personalen und sozialen Verhaltens beziehen sich immer auf Kriterien, die im Unterricht erarbeitet und angewendet werden können.

- Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen (selbstständiges und verantwortungsvolles Gestalten von sportlichen Handlungssituationen, u.a. Herrichten von Spielflächen und Geräten, Mannschaftsbildung, Vereinbaren von Regeln)
- Anstrengungsbereitschaft: Engagement und Motivation für sich selber und auf andere übertragen
- Selbstständigkeit: Eigenverantwortung für die Sicherheit im Sportunterricht, selbstständiges Aufwärmen, Üben, Trainieren, Sportbekleidung tragen
- Fairness und Kooperationsbereitschaft und –fähigkeit: Regeln des fairen Umgangs einhalten, Bereitschaft zeigen, die eigenen berechtigten Interessen auch

zurückzustellen, in allen Gruppen konstruktiv mitzuarbeiten und gegenseitig zu unterstützen.

Formen der Leistungsbewertung

In jedem Unterrichtsvorhaben sind punktuelle und unterrichtsbegleitende Überprüfungsformen hilfreich und notwendig. Die Leistungsbewertung ist nicht auf eine einzelne Form zu beschränken, sondern muss eine Vielzahl von Leistungsdimensionen berücksichtigen.

Zu den „Sonstigen Leistungen im Unterricht“ zählen:

1. Demonstration von Bewegungshandeln:

Präsentationen von

- a. technisch- koordinativen Fertigkeiten
- b. psycho-physischer Fähigkeiten
- c. taktisch-kognitiver Fähigkeiten
- d. ästhetisch-gestalterische Fähigkeiten

2. Motorische Tests

(z.B. Qualifikationsnachweise: Sportabzeichen, Schwimmbabzeichen, leichtathletische Mehrkämpfe, Spielturniere)

3. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung

- a. selbstständiges Planen und Gestalten von Auf-und Abwärmprozessen
- b. Mitgestaltung von Unterrichtssituationen
- c. Helfen und Sichern
- d. Geräte aufbauen und abbauen
- e. Schiedsrichter-und Kampfrichteraufgaben
- f. Selbst-und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen

4. Mitarbeit in Projekten

5. schriftliche Beiträge zum Unterricht

- a. Skizzen, Plakate, Tabellen
- b. (Kurz-)Referate
- c. Stundenprotokolle
- d. Übungs-und Trainingsprotokolle
- e. schriftliche Übungen

6. mündliche Beiträge zum Unterricht

- a. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit
 - b. Beiträge zum Unterrichtsgespräch
 - c. Kurzvorträge
 - d. Präsentationen
- #### 7. Hausaufgaben

Hinweise zur Bewertung von Leistungen im Fach Sport in Bezug auf die Inhaltsfelder (s. RuL Sport Gymnasium / Gesamtschule Sek II, Kapitel 4.2.2, S. 65 ff):

Inhaltsfelder für Sport in der Schule sind:

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten (B)
- Etwas wagen und verantworten (C)
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen (E)
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

Wenn auch alle Perspektiven in ihrer pädagogischen Bedeutung als gleichwertig anzusehen sind, sind die unter ihnen jeweils verfolgten Lernziele nicht im gleichen Maße einer Überprüfung zugänglich. So erweisen sich Zielsetzungen unter der Perspektive Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A) und Etwas wagen und verantworten (C) als nur begrenzt überprüfbar.

Die enge Verknüpfung von Wahrnehmungsfähigkeit und Bewegungserfahrung mit Gestaltungsfähigkeit und Bewegungsphantasie führt jedoch dazu, dass Lernerfolge unter der Perspektive A teilweise auch in Verhaltensweisen sichtbar werden, die unter der Perspektive B genannt sind.

Unter der Perspektive C geht es darum, Schülerinnen und Schülern vielfältige Gelegenheit zu geben und sie zu ermutigen, sich ihren Fähigkeiten angemessen auf neue und herausfordernde Bewegungsaufgaben einzulassen. Um ihre Entscheidungsfähigkeit in Wagnissituationen zu stärken, muss ihnen daher auch zugestanden werden, selbstverantwortlich und ohne Bewertungsdruck zu entscheiden, ob sie ein aus Sicht der Lehrkraft zumutbares Wagnis eingehen wollen.

In der aktuellen Unterrichtssituation *greifen oft Zielsetzungen mehrerer Perspektiven und darauf bezogene Verhaltensmuster ineinander*. So ist z.B. Bewegungskönnen nicht nur unter der Perspektive D, sondern grundsätzlich unter allen, insbesondere auch unter den Perspektiven B, E und F, ein zielangemessenes, beobachtbares Verhalten, ohne dort gesondert genannt zu sein.

Verhaltensweisen, die unter allen Perspektiven sichtbar werden, sind:

- Bewegungskönnen zeigen
- Sich auf Unterrichtssituationen einlassen
- Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringen
- Erfahrungen, Kenntnisse und Einsichten strukturiert wiedergeben
- Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern.

Orientiert an den *Pädagogischen Perspektiven* sind im Folgenden weitere Verhaltensweisen benannt, an denen Lernerfolg im Sportunterricht sichtbar werden kann:

Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten (B)

- Originalität und Vielfalt von Ideen beim Variieren und Gestalten von Bewegung zeigen
- Handlungsentwürfe unter Anwendung von Gestaltungskriterien in Bewegung umsetzen
- Differenzierte Ausdrucksmöglichkeiten zeigen
- Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten
- (...)

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)

- Fehler erkennen und korrigieren
- Konditionelle Leistungsfähigkeit nachweisen
- Taktische Fähigkeiten nachweisen
- In Leistungssituationen Einsatz zeigen
- Beharrlich auf ein Ziel (Übungs-, Trainingsziel) hinarbeiten
- Leistungsmaßstäbe erkennen, anwenden und reflektieren
- (...)

Kooperieren, wettkämpfen, sich verständigen (E)

- Absprachen mit anderen treffen sowie organisatorisch und motorisch umsetzen
- Spiel- und Wettkampfleitung übernehmen
- Regelkenntnisse nachweisen und Vereinbarungen einhalten
- Fair handeln – über das bloße Einhalten von Regeln hinaus
- (...)

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)

- Bewegungen funktionsgerecht ausführen
- Maßnahmen zur individuellen Förderung der Fitness kennen und durchführen
- Kenntnisse zu einer gesundheitsgerechten Lebensführung nachweisen
- Gesundheitliche Risiken kennen und gesundheitsgerecht handeln