



Gymnasium Bad Bentheim

Schuleigener

Arbeitsplan Sport Sek. II

Stand Dezember 2018
FK Beschluss 01/2019

Inhaltsverzeichnis:	Seite
1. Allgemeine Hinweise	
I. Bildungsbeitrag des Faches Sport	03
II. Die Einführungsphase	03
III. Vorbereitung Prüfungsfach Sport	03
IV. Die Qualifikationsphase	04
V. Organisation und Unterrichtsgestaltung im Ergänzungsfach Sport	04
VI. Organisation und Unterrichtsgestaltung im Prüfungsfach Sport	05
VII. Kursarten	05
VIII. Hinweise zur Abiturprüfung	05
2. Erwartete Kompetenzen	
I. In der Einführungsphase prozessbezogene Kompetenzen	06
II. In der Einführungsphase inhaltsbezogene Kompetenzen und Inhalten	06
III. In der Qualifikationsphase prozessbezogene Kompetenzen	07
IV. In der Qualifikationsphase inhaltsbezogene Kompetenzen	08
V. Allgemeine Hinweise zur Qualifikationsphase und den Kompetenzen	08
3. Bewegungsfeldgruppen A, B übergreifende Sportarten	09
Auflistung der Bewegungsfelder mit verpflichtenden Kompetenzen (Kapitel 4 im KC Sek II (2018) S.19-37)	23
4. Verbindliche Inhalte der Sporttheorie in der Qualifikationsphase	09
Auflistung der verbindlichen Themenfelder S Kapitel 5	13-20
Auflistung der verbindlichen Reihenfolge S. Kapitel 5	20
5. Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung	09-10
6. Operatoren im Fach Sport	
I. Operatoren für Theorie und Praxis und der schriftlichen Kompetenzüberprüfung	10
II. Operatoren für den Theorie / Praxisverbund,	12
7. Anhang (Kapitel 4,5 und 6 aus dem KC Sek II 2018)	
Kapitel 5 verbindliche Themenfelder Sporttheorie	13-20
Kapitel 5 verbindliche Reihenfolge der Themenfelder Sporttheorie	20
Kapitel 6 Mustervorlage Kursausschreibung	21-22
Kapitel 4 Bewegungsfelder A, B und übergreifende Sportarten	23

1. Allgemeine Hinweise

I. Bildungsbeitrag des Faches Sport

Der Sportunterricht leistet einen einzigartigen und unverzichtbaren Beitrag zur Erfüllung des ganzheitlichen Bildungs- und Erziehungsauftrags. Die Besonderheit des Sportunterrichts liegt in der Bewegung und der damit verbundenen kognitiven Auseinandersetzung. Beides findet im Sport individuell und gemeinschaftlich statt und fördert sowohl die Sacherschließung als auch die Persönlichkeitsentwicklung.

Kern des Sportunterrichts ist immer die Bewegung. Die allgemeinen Ziele des Sportunterrichts in der Oberstufe sind die sportliche Handlungskompetenz und die Entwicklung einer selbstverantwortlichen Werthaltung durch Sport. Dieser Doppelauftrag von Sacherschließung und Persönlichkeitsentwicklung des Schulsports wird erfüllt, wenn er sowohl eine aktive Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur und deren Gestaltung erlaubt, als auch eine differenzierte Ausprägung persönlicher Motive, Haltungen und Wertvorstellungen durch die mit Bewegung, Sport und Spiel verbundenen Herausforderungen fördert.

Das Erreichen und der Zugang zu diesen beiden Zieldimensionen des Sportunterrichts werden über das mehrperspektivische Bewegungshandeln erreicht, d. h. über die Vermittlung vielfältiger, unmittelbarer Erlebnisse, Erfahrungen und deren reflexive Verknüpfung. Der Sportunterricht ist so zu gestalten, dass die pädagogischen Perspektiven – (A) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern; (B) sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten; (C) etwas wagen und verantworten; (D) das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen; (E) kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen; (F) Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln – didaktisch und methodisch in angemessener Weise Berücksichtigung finden und verschiedene Facetten des Sporttreibens und des Bewegens so für alle Schülerinnen und Schüler erlebbar werden. Dieses ermöglicht vielfältige Zugänge zu Bewegungen durch unterschiedliche Schwerpunktsetzungen (vgl. GO KC Sport S.5-6).

II. Die Einführungsphase

Im Fach Sport dient die Einführungsphase insbesondere der Vertiefung der im Kerncurriculum für die Schuljahrgänge 5 bis 10 festgelegten Kompetenzen und bahnt somit die erfolgreiche Teilnahme an der Qualifikationsphase der Oberstufe an.

Die besondere Aufgabe der Einführungsphase besteht darin, die fachbezogenen Kompetenzen unterschiedlich vorgebildeter Schülerinnen und Schüler zu erweitern, zu festigen und zu vertiefen. Diese bilden zugleich die Eingangsvoraussetzungen für die Qualifikationsphase.

Damit hat der Unterricht folgende Ziele:

- Angleichung der Kompetenzen,
- Ausdifferenzierung des fachlichen Könnens und Wissens,
- Einführung in die Arbeitsweisen der Qualifikationsphase,
- Gewährung von Einblicken in das unterschiedliche Vorgehen der verschiedenen Kursarten und Anforderungsniveaus,
- Bereitstellung von Entscheidungshilfen bei der Fächerwahl in der Qualifikationsphase.

Der sportpraktische Unterricht im Fach Sport kann im Klassenverband bzw. klassenübergreifend stattfinden. Ein jahrgangsübergreifender Unterricht im Verbund mit Schülerinnen und Schülern der Qualifikationsphase ist nicht möglich (vgl. GO KC Sport S.7-8)

Am Burg-Gymnasium findet der Unterricht der Einführungsphase im Klassenverband statt.

III. Vorbereitung Prüfungsfach Sport

Schülerinnen und Schüler, die in der Qualifikationsphase den sportlichen Schwerpunkt oder Sport als fünftes Prüfungsfach wählen wollen, belegen als Eingangsvoraussetzung in einem Schulhalbjahr den zweistündigen Sporttheorie-Kurs der Einführungsphase (**am Burg-Gymnasium findet dieser i.A. im 1. Halbjahr des Jg.11 statt**). Dieser bereitet im **Praxis-Theorie-Verbund (auf parallele Nutzungsmöglichkeit der Sporthalle achten)** auf die Anforderungen im Prüfungsfach Sport und in grundlegender und exemplarischer Weise auf den Unterricht der Sporttheorie in der Qualifikationsphase vor. Dabei sind die folgenden Inhalte der Themenfelder im Hinblick auf den Sporttheorie-Kurs der Einführungsphase zu berücksichtigen.

Verpflichtende Inhalte der Einführungsphase

Sportbiologische bzw. sportphysiologische Grundlagen (ca. 3 Doppelstunden)

- Aufbau und Funktion des passiven und aktiven Bewegungsapparates.
- häufige Sportverletzungen und Verletzungsprävention; endogene und exogene Verletzungen; Verletzungsarten (Brüche, Prellungen, Verstauchungen, Zerrungen, Verrenkungen, Verletzungen der Bänder bzw. Sehnen) sowie Möglichkeiten der Verletzungsprophylaxe.
- Aufbau und Funktion von körperlicher Erwärmung, Dehnung und des Abwärmens im sportlichen Kontext sowie Reflexion des praktischen Nutzens.

Trainingswissenschaftliche Grundlagen (ca. 3 Doppelstunden)

- Grundlagen des sportlichen Trainings (Definition „Sportliches Training“, Faktoren der sportlichen Leistungsfähigkeit, Trainingsgesetze und Trainingsprinzipien).
- Übersicht der sportmotorischen Fähigkeiten (Konditionelle und koordinative Fähigkeiten).

Bewegungswissenschaftliche Grundlagen (ca. 3 Doppelstunden)

- Grundlagen der Bewegungsanalyse (Einführung in die Bewegungsanalyse nach dem Drei-Phasen-Modell nach MEINEL).

Sportsoziologische und sportpsychologische Grundlagen (ca. 2 Doppelstunden)

- Motive und Motivationen sportlichen Handelns.
- Funktionen und Dysfunktionen des Sports.

Hinweise

Die angegebene Zahl der Doppelstunden gilt als Empfehlung, um die vorgegebenen Inhalte der Sporttheorie zu vermitteln. Es ist Aufgabe der Fachkonferenz und der jeweiligen Lehrkraft, die Unterrichtseinheiten so zu konzipieren, dass in exemplarischer Weise sportpraktische Inhalte mit sporttheoretischen Themenstellungen vernetzt werden und die Schülerinnen und Schüler so einen Einblick in spezifische Arbeitsweisen des Prüfungsfaches Sport erhalten.

Ein **isolierter Theoriekurs** erfüllt diese Funktion nicht. Im Einführungskurs Sporttheorie wird **eine Klausur** geschrieben. Die Leistungen im Wahlfach Sporttheorie sind **nicht versetzungs-** und abschlussrelevant, können **aber als Ausgleich** herangezogen werden (vgl. GO KC Sport S.8 und 41).

IV Die Qualifikationsphase

Das Kerncurriculum für die Qualifikationsphase nimmt die Struktur des Kerncurriculums für die Schuljahrgänge 5 bis 10 des Sekundarbereichs I insoweit auf, als dass es die sieben Bewegungsfelder beibehält und weiterhin zwischen prozessbezogenen und inhaltsbezogenen Kompetenzen unterscheidet. Für die Gestaltung der Arbeit im Sportunterricht der Qualifikationsphase sind deshalb insbesondere folgende Prinzipien handlungsleitend:

- Praxis-Theorie-Verbund,
- Problem- und Handlungsorientierung,
- Wissenschaftspropädeutik,
- Inhaltlicher Pluralismus,
- Transfer.
- Schülerorientierung,
- Differenzierung,
- Mehrperspektivität,
- Zukunftsorientierung,

V Organisation und Unterrichtsgestaltung im Ergänzungsfach Sport

In der Qualifikationsphase kann der Sportunterricht im Ergänzungsfach entweder in jahrgangsübergreifenden oder in jahrgangshomogenen Lerngruppen stattfinden. Den Schülerinnen und Schülern sollte ein vielfältiges Wahlangebot unterbreitet werden.

Schülerinnen und Schüler, die Sport **nicht als Prüfungsfach** gewählt haben, belegen in jedem Schulhalbjahr einen zweistündigen sportpraktischen Kurs. Dabei sind im Verlauf der Qualifikationsphase je **zwei Inhalte** aus den Bewegungsfeldgruppen **A und B** zu berücksichtigen. Bietet eine Schule ein bewegungsfeldübergreifendes Vorhaben an (vgl. Kapitel 4.3 KC), muss die Fachkonferenz klären, welcher Bewegungsfeldgruppe der entsprechende Kurs zuzuordnen ist. Aus Gründen der Unterrichtsorganisation und zur Sicherstellung der in den Bewegungsfeldern verbindlich zu erwerbenden Kompetenzen kann Sportunterricht auch in **Kompaktphasen** durchgeführt werden. (vgl. GO KC Sport S.9-10).

VI Organisation und Unterrichtsgestaltung im Prüfungsfach Sport

In den Prüfungsfächern auf grundlegendem und erhöhtem Niveau liegt der Unterricht in der Hand einer Lehrkraft, um den geforderten Praxis-Theorie-Verbund und das höhere Kompetenzniveau sicherzustellen.

Im **Praxisbereich** sind mindestens fünf (bis maximal sieben) sportpraktische Inhalte verpflichtend. Mindestens zwei sportpraktische Inhalte sind aus der Bewegungsfeldgruppe A5 und drei sportpraktische Inhalte sind aus der Bewegungsfeldgruppe B verpflichtend, wobei hier ein Zielschuss- und ein Rückschlagspiel enthalten sein müssen. Dazu kann die Lehrkraft auf der Grundlage des von der Fachkonferenz festgelegten schulinternen Arbeitsplans (vgl. Modell 1 oder 2 im Anhang) im Praxisbereich maximal zwei weitere sportpraktische Inhalte auswählen.

Im **Theoriebereich** sind die folgenden Inhalte in der Qualifikationsphase zu berücksichtigen. Der Sporttheorieunterricht beschäftigt sich mit Inhalten aus den **Themenbereichen** Sportbiologie und Trainingswissenschaft, Bewegungswissenschaft sowie Sport und Gesellschaft. Die Inhalte sind in 14 **Themenfeldern** ausgewiesen und verbindlich zu unterrichten. **Für das Prüfungsfach auf grundlegendem Niveau sind davon vier als optionale Themenfelder gekennzeichnet.** Die Themenfelder können unterschiedlichen Themenbereichen zugeordnet sein. Die verschiedenen Inhalte können somit **themenbereichsübergreifend** unterrichtet werden (vgl. Kapitel 5 im Anhang) (vgl. GO KC Sport S. 10-11, 42ff).

Für das **Prüfungsfach Sport** auf grundlegendem und erhöhtem Niveau kann der Kompetenzerwerb im Praxis-Theorie-Verbund nach unterschiedlichen Modellen sichergestellt werden. Die Fachkonferenz Sport am Burg-Gymnasium hat beschlossen das Modell 1 verbindlich festzulegen und entsprechend der Vorgaben auszugestalten. Dabei ist darauf zu achten, dass das **Wiederholen eines Schuljahrgangs** möglich sein muss. Die einmal festgelegte Reihenfolge der sporttheoretischen Inhalte ist daher als Standardabfolge aufzufassen, die nur durch erneuten Fachkonferenzbeschluss geändert werden kann.

Insbesondere soll der Praxis-Theorie-Bezug, der an der konkreten praktischen Handlungsebene ansetzt, integraler Bestandteil aller Unterrichtsvorhaben sein. In den verbindlichen Unterrichtsaspekten fast aller sporttheoretischer Inhalte ist ein Bewegungs- bzw. Handlungsaspekt enthalten.

VII Kursarten

Das Fach Sport kann in der Qualifikationsphase der gymnasialen Oberstufe

- sechsstündig als Prüfungsfach auf erhöhtem Anforderungsniveau (Schwerpunktfach Sport) (am BGB nicht möglich),
- vierstündig als Prüfungsfach auf grundlegendem Anforderungsniveau (fünftes Prüfungsfach) und
- zweistündig als Ergänzungsfach auf grundlegendem Anforderungsniveau angeboten werden.

Der Unterricht im zweistündigen Ergänzungsfach zielt vor allem auf die bewegungsfeldspezifische Weiterentwicklung der sportlichen Handlungsfähigkeit und die Förderung der Persönlichkeitsentwicklung ab.

VIII Hinweise zur Abiturprüfung

Für die Abiturprüfung können nur Sportarten bzw. sportartübergreifende Mehrkämpfe gewählt werden, die im Rahmen des schulischen Kursangebotes belegt worden sind. Ist Sport vierstündiges Prüfungsfach auf grundlegendem Anforderungsniveau, wählt der Prüfling für die sportpraktischen Prüfungsteile eine Sportart aus der Bewegungsfeldgruppe A und eine weitere Sportart aus der Bewegungsfeldgruppe B aus.

Die Leistungsbewertung erfolgt nach den Vorgaben der EPA-EB.

2. Erwartete Kompetenzen (vgl. GO KC Sport S. 14-17).

I. In der Einführungsphase erwartete prozessbezogene Kompetenzen

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler ...

- erwerben verschiedene Lernstrategien und Methodenkenntnisse,
- werten Bewegungsabläufe und Spielhandlungen auch mithilfe digitaler Medien nach vorgegebenen und selbst erstellten Kriterien aus,
- geben gezielte Bewegungskorrekturen,
- entwickeln, organisieren und leiten Spiele,
- verändern Regeln und Bewegungsideen zielorientiert und situationsgerecht.

Sozialkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler ...

- arbeiten in verschiedenen Sozialformen und Gruppenzusammensetzungen ziel- und sachorientiert,
- lösen in Bewegungs- und Spielsituationen auftretende Konflikte,
- verhalten sich in Wettkämpfen regelgerecht und fair,
- helfen und sichern selbstverantwortlich im Lern- und Übungsprozess.

Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler ...

- verfügen über eine erweiterte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf eigene und fremde Ausdrucks- und Darstellungsformen,
- demonstrieren eigene Bewegungslösungen,
- schätzen Risiken beim Sport realistisch ein und setzen sich angemessene Ziele,
- treffen bewusste Entscheidungen für die eigene sportliche und körperliche Entwicklung,
- sind in der Lage, ihr individuelles Wohlbefinden durch Sport, Spiel und Bewegung positiv zu beeinflussen,
- reflektieren Lernprozesse.

II. In der Einführungsphase erwartete inhaltsbezogene Kompetenzen

Die Schülerinnen und Schüler ...

- zeigen eine altersgemäße Ausprägung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten,
- wenden grundlegende Bewegungstechniken aus der Bewegungsfeldgruppe A an,
- wenden spielspezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten aus der Bewegungsfeldgruppe B an,
- setzen gruppen- und mannschaftstaktische Strategien im Spiel um,
- erklären grundlegende Sachverhalte der Bewegungs- und Trainingswissenschaft.

In der Einführungsphase hat sich die Fachkonferenz darauf verständigt die Kompetenzen anhand der unten genannten Sportarten zu vermitteln. Dabei kann die Reihenfolge beliebig variiert werden.

Themen im Jahrgang 11 sind:

Floorball/Unihockey, Tischtennis, LA Schleuderball/Hürdenlauf, Turnen/Parcour

III. In der Qualifikationsphase erwartete prozessbezogene Kompetenzen

Methodenkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler ...

- beherrschen Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen: Problemanalyse (Analyse von Bewegungsabläufen und Spielhandlungen), Analyse von Materialien und Informationen, Erarbeitung von Lösungsstrategien, Auseinandersetzung mit der Problemstellung durch Erproben und Experimentieren, Ergebnisanalyse und Ergebnissicherung,
- planen, organisieren und gestalten Bewegungsarrangements, Übungssequenzen und Spielsituationen unter verschiedenen methodischen und didaktischen Zielsetzungen,
- wenden Lehr- und Lern- sowie Feedbackmethoden situationsadäquat an, geben gezielte Bewegungshilfen und Bewegungskorrekturen und reflektieren diese.

Sozialkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler ...

- verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen, wenden Strategien zur Lösung von Konflikten an und erkennen Stärkere an sowie unterstützen bzw. integrieren Schwächere,
- übernehmen Verantwortung für sich und andere (z. B. helfen und sichern selbstständig) im Lern- und Übungsprozess,
- wenden ihre Team- und Kommunikationsfähigkeit in Bezug auf Arbeits- und Kooperations-techniken bzw. in der Unterstützung bei Lern- und Trainingsprozessen an.

Selbstkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler ...

- verfügen über eine differenzierte Wahrnehmungsfähigkeit in Bezug auf die eigene Person (Selbstbild), den eigenen Körper (Körperbild, Körperhaltung, Körpersprache) und die eigenen sowie fremden Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten,
- setzen sich angemessene Ziele in Bezug auf körperliche Reaktionen auf Bewegungen sowie Risiken beim Sport und zeigen adäquate Verhaltensweisen,
- steuern ihr Bewegungshandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet.

IV. In der Qualifikationsphase erwartete inhaltsbezogene Kompetenzen

Die Schülerinnen und Schüler ...

- demonstrieren sportmotorische Fertigkeiten in den thematisierten Inhaltsbereichen,
- demonstrieren eine allgemeine und spezielle Spielfähigkeit,
- verfügen über sportmotorische Fähigkeiten (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) zur Bewältigung der gestellten Bewegungsaufgaben und Handlungssituationen,
- gestalten kriterienbezogen rhythmische, tänzerisch-gymnastische oder spielerische Bewegungen,
- präsentieren den kreativen und produktiven Umgang mit Formen der Bewegung und des Spiels,
- wenden Fachsprache an,
- formulieren und überprüfen Hypothesen in der Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegungspraxis,
- bewältigen und bewerten Bewegungs- und Handlungsverläufe sowohl im Hinblick auf praktisch-handelnde als auch theoretisch-reflexive Kriterien,
- wenden Erklärungsmodelle und Testverfahren aus verschiedenen sportwissenschaftlichen Disziplinen an und überprüfen ihre Eignung für die Lösung der jeweiligen Bewegungsprobleme oder -aufgaben,
- verfügen über Kenntnisse, Einstellungen und Werthaltungen im Zusammenhang mit über die Fachgrenzen hinaus bedeutsamen sportbezogenen Themen der Gegenwart, wie z. B.
 - Beitrag von Bewegung, Sport und Spiel zur gesunden Lebensführung und sinnvollen Freizeitgestaltung,
 - Problematik von leistungssteigernden Mitteln u. a. beim Doping,
 - Aspekte der ästhetisch-gestalterischen Auseinandersetzung mit verschiedenen Lebenswelten,
 - Notwendigkeit des umweltbewussten Handelns,
 - Leistungen und Probleme des organisierten Sports,
 - Reflexion der Wechselwirkungen zwischen Sport auf der einen und Politik, Medien und Wirtschaft auf der anderen Seite,
 - Reflexion der persönlichen Motive des Sporttreibens,
- reflektieren die Erfahrungen und Erlebnisse aus dem Sportunterricht,
- besitzen die Fähigkeit zu vernetztem, fachübergreifendem Denken und zu selbstständigem Lernen, begründetem Urteilen und Handeln.

V. Allgemeine Hinweise zur Qualifikationsphase und den Kompetenzen

Das Kerncurriculum für das Fach Sport in der Qualifikationsphase formuliert verbindlich zu erwerbenden Kompetenzen und weist zugleich durch die Bewegungsfelder sowie durch die obligatorischen sporttheoretischen Themen verbindliche Inhaltsbereiche und darauf bezogene spezifische Kompetenzen aus. Die Darstellung knüpft an die Kompetenzbereiche der EPA-EB Sport an und definiert im Einzelnen das Niveau der abschlussorientierten Kompetenzen. Die in diesem Abschnitt genannten Kompetenzen sind auf dem jeweilig vorgegebenen Niveau für die **Abiturprüfungen** in den Prüfungsfächern und im Ergänzungsfach **relevant**. In den Bewegungsfeldern werden die spezifischen Kompetenzen für das Ergänzungsfach auf **grundlegendem Anforderungsniveau (linke Spalte)** sowie für das **Prüfungsfach** auf grundlegendem und erhöhtem Anforderungsniveau (**rechte Spalte**) ausgewiesen. Sind die Zeilen über mehrere Spalten durchgehend dargestellt, sind die Kompetenzen für beide Kursniveaus gleichbedeutend verbindlich.

Die Kompetenzen aus den vier Kompetenzbereichen (Inhaltskompetenz, Methodenkompetenz, Sozialkompetenz, Selbstkompetenz) und die auf die Bewegungsfelder sowie auf die sporttheoretischen Inhalte bezogenen spezifischen Kompetenzen sind bei der **Unterrichtsplanung verbindlich** zu berücksichtigen.

Innerhalb der einzelnen Bewegungsfelder sind jeweils **inhaltsbezogene Kompetenzen (ohne Schattierung)**

und dazugehörige **prozessbezogene Kompetenzen (grau schattiert)** ausgewiesen. **Alle** angeführten prozessbezogenen und inhaltsbezogenen Kompetenzen sind abhängig von der gewählten sportpraktischen Schwerpunktsetzung des Kurses **verbindlich anzusteuern**.

Die entsprechende Schwerpunktsetzung des Kurses ist durch eine im Vorfeld anzufertigende und für die Schülerinnen und Schüler einsehbare **Kursausschreibung**, die über **Thema, Inhalte, Kompetenzen und die Grundlagen der Leistungsbewertung** informiert, auszuweisen.

Am Burg-Gymnasium werden die Ausschreibungen nach einheitlichem Muster erstellt und online zur Einsicht bereitgestellt.

Dazu ist das im **Anhang Kapitel 6 befindliche Muster** zu verwenden.

Für das Ergänzungsfach ist in einigen Bewegungsfeldern eine Auswahl der sportpraktischen Inhaltsbereiche des jeweiligen Bewegungsfeldes möglich (z. B. im Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“: Sportschwimmen, Wasserspringen usw.).

3. Bewegungsfeldgruppen A, B übergreifende Sportarten

Auflistung siehe Anhang Kapitel 4 (vgl. GO KC Sport S. 18-37).

4. Verbindliche Inhalte der Sporttheorie in der Qualifikationsphase

Die verbindlichen Themenfelder werden am Burg-Gymnasium in einer festen Reihenfolge auf die in den Halbjahren zur Verfügung stehenden Unterrichtsstunden aufgeteilt. Hierbei werden in jedem Schulhalbjahr – mit Ausnahme des 4. Schulhalbjahres – zwei sportpraktische Inhalte mit sporttheoretischen Inhalten verknüpft (bei Auswahl der max. Anzahl an sportpraktischen Inhalten). Die Behandlung der sporttheoretischen Inhalte erfolgt somit im obligatorischen Praxis-Theorie-Verbund, bleibt aber eher additiv und in sich geschlossen. Die Fachgruppe muss hier lediglich die Abfolge der sporttheoretischen Inhalte festlegen, um vergleichbare Bedingungen für Wiederholer herzustellen.

Auflistung der verbindlichen Themenfelder siehe Anhang Kapitel 5 S. (vgl. GO KC Sport S. 38-49).

Auflistung der verbindlichen Reihenfolge der Themenfelder siehe Anhang Kapitel 5 S. (vgl. GO KC Sport S. 62).

5. Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Neben der kontinuierlichen Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer individuellen Lernfortschritte sind die Ergebnisse sportmotorischer, mündlicher, schriftlicher und anderer fachspezifischer Lernkontrollen zur Leistungsfeststellung heranzuziehen.

Im Laufe eines Schulhalbjahres sind die Lernenden mehrfach über ihren aktuellen Leistungsstand zu informieren.

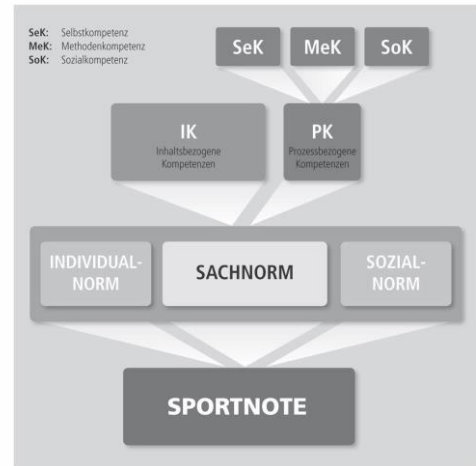
Bei der Übertragung der festgestellten Leistung in eine Leistungsbewertung und insbesondere in eine Leistungsbenotung liegt es in der pädagogischen Verantwortung der Lehrkraft, die folgenden Bezugsnormen angemessen zu berücksichtigen:

- Sachnorm** (Erfüllung der im Kerncurriculum Sport genannten inhaltsbezogenen und prozessbezogenen Kompetenzen),
- Individualnorm** (Differenz zwischen der individuellen Anfangs- und Endleistung unter Berücksichtigung persönlicher Ausgangsbedingungen) und
- Sozialnorm** (Relation der festgestellten Leistung im Vergleich zur Gruppe).

Der **Sachnorm kommt die vorrangige Bedeutung** zu, da sich Individual- und Sozialnorm auf die Erfüllung der Sachanforderungen beziehen. Im **Prüfungsfach Sport** sind zudem die Ergebnisse der Klausuren heranzuziehen.

Zur Bewertung der Leistung werden ...

– in der **Einführungsphase** sowie im **Ergänzungsfach** der Qualifikationsphase unterrichtsimmanente Lernerfolgskontrollen einbezogen, die den Leistungsstand in allen Kompetenzbereichen (inhalts- und prozessbezogenen Kompetenzen) widerspiegeln. Den **Schwerpunkt** soll hierbei die Beurteilung der erreichten sportlichen Handlungsfähigkeit (**Sachnorm**) bilden. Der individuelle Lernfortschritt (Individualnorm) und die individuellen Lernvoraussetzungen sowie der Leistungsstand der Lerngruppe (Sozialnorm) sollen angemessen berücksichtigt werden. Zur Leistungsfeststellung und -bewertung können verschiedene Formen genutzt werden.



– in der **Qualifikationsphase** im **Prüfungsfach Sport** die sportpraktischen und sporttheoretischen Anteile im Verhältnis 1:1 gewichtet. Die Teilzensur in der Sporttheorie setzt sich aus der Bewertung der sonstigen Leistungen im Unterricht und aus den Ergebnissen der Klausuren zusammen. Dabei darf der Anteil der schriftlichen Leistungen ein Drittel an der Teilzensur nicht unterschreiten und 50% nicht überschreiten.

Die Wertungstabellen der Fachgruppe Sport und die aktuellen EPA-EB sind zu verwenden.

6. Operatoren im Fach Sport

I. Operatoren für Theorie und Praxis sowie der schriftlichen Kompetenzüberprüfung

Operatoren	AFB	Definitionen	Beispiel
Analysieren/ Untersuchen	II–III	Unter gezielten Fragestellungen, Materialien, Sachverhalte, Elemente oder Strukturmerkmale kriterienorientiert oder aspektgeleitet erschließen und die Ergebnisse strukturiert darstellen	Analysieren Sie unter Zuhilfenahme der Daten in Material M1 das konditionelle Anforderungsprofil, dem ein Basketballspieler im Wettkampf genügen muss. Untersuchen Sie die verschiedenen Arten/Formen der Ausdauer im Hinblick auf ihre Bedeutung im Beachvolleyball.
Angeben/ (Be)nennen	I	Elemente, Sachverhalte, Begriffe oder Daten ohne nähere Erläuterungen aufzählen/angeben	Nennen Sie die wesentlichen Aussagen des Textes.
Anwenden	II	Einen bekannten Sachverhalt oder eine bekannte Methode auf eine neue Problemstellung beziehen	Wenden Sie die Ihnen bekannten Aggressionstheorien auf das vorliegende Textbeispiel an.
Auswerten	II–III	Materialien, Daten, Einzelergebnisse oder andere Elemente in einen Zusammenhang stellen und zu einer abschließenden Gesamtaussage zusammenführen	Werten Sie das gegebene Material hinsichtlich ihrer zugrundeliegenden Trainingsmethode aus.
Begründen	II–III	Einen angegebenen Sachverhalt auf Regeln und Gesetzmäßigkeiten bzw. Kausalbezüge zurückführen	Begründen Sie mithilfe der Daten im Material die unterschiedlichen durchschnittlichen Laktatwerte.
Beschreiben	I–II	Materialien, Strukturen, Sachverhalte oder Zusammenhänge strukturiert und unter Verwendung der Fachsprache in eigenen Worten wiedergeben	Beschreiben Sie den dargestellten Bewegungsablauf unter Berücksichtigung der Phasenstruktur und der Funktion der einzelnen Phasen.

Operatoren	AFB	Definitionen	Beispiel
Beurteilen/ Bewerten	III	Zu einem Sachverhalt ein selbstständiges Urteil unter Verwendung von Fachwissen und Fachmethoden formulieren und begründen	Beurteilen/Bewerten Sie unter Berücksichtigung des Materials die handballspezifische Einsatzmöglichkeit der Dauer- methode.
Darstellen	I-II	Zusammenhänge, Sachverhalte oder Arbeitsverfahren strukturiert und fachsprachlich einwandfrei wiedergeben	Stellen Sie drei verschiedene Methoden des Ausdauertrainings dar.
Deuten	II-III	Sachverhalte in einen (kausalen) Erklärungszusammenhang bringen	Deuten Sie die Entwicklung der Mitgliederzahlen des DOSB.
Entwickeln/ Entwerfen	II-III	Nach vorgegebenen Bedingungen zu einem Sachverhalt oder zu einer Problemstellung eine Einschätzung oder ein Lösungskonzept selbstständig planen/erstellen	Entwickeln/Entwerfen Sie ein Trainingsarrangement, das zu einer Verbesserung der Kraft führt.
Erklären/ Erläutern	II	Ein Phänomen oder einen Sachverhalt fachsprachlich verständlich (ggf. mit Bezug auf Regeln, Gesetzmäßigkeiten und Ursachen) darstellen und durch zusätzliche Informationen veranschaulichen und verständlich machen	Erklären Sie besonders geeignete Trainingsmethoden zur Verbesserung der Schnelligkeit eines Fußballspielers (Stürmers). Erläutern Sie, welche Trainingsprinzipien bei einem längerfristigen Training eines Fußballspielers zu berücksichtigen sind.
Erörtern/ Diskutieren	III	Ein Beurteilungs- oder Bewertungsproblem erkennen und darstellen, unterschiedliche Positionen bzw. Pro- und Contra-Argumente reflektieren und abwägen sowie mit einem eigenen begründeten Sach- und/oder Werturteil als Ergebnis abschließen	Erörtern Sie unter Materialbezug, ob Skifahren im Sinne des Umweltschutzes verboten werden sollte. Diskutieren Sie den Stellenwert von Aggression im modernen Fußballspiel.
Prüfen/ Überprüfen	III	Inhalte, Sachverhalte, Aussagen, Vermutungen oder Hypothesen nachvollziehen und auf der Grundlage eigener Beobachtungen oder eigenen Wissens auf ihre sachliche Richtigkeit hin untersuchen	Prüfen/Überprüfen Sie unter Berücksichtigung der im Material beschriebenen Zielsetzungen die Eignung von „Boxe Educative“ für den Einsatz im regulären Sportunterricht.
Skizzieren	I-II	Sachverhalte, Strukturen oder Ergebnisse kurz und übersichtlich grafisch darstellen (unter Einsatz von z. B. Übersichten, Schemata, Diagrammen, Abbildungen, Tabellen)	Skizzieren Sie das Regelkreismodell der Bewegungskoordination nach MEINEL/SCHNABEL.
Vergleichen/ Gegenüberstellen	II	Nach vorgegebenen oder selbst gewählten Gesichtspunkten Gemeinsamkeiten, Ähnlichkeiten und Unterschiede ermitteln und darstellen	Vergleichen Sie die Entwicklung der Beachsportarten Beachsoccer und Beachvolleyball anhand des vorgegebenen Materials miteinander.

II. Operatoren für den Theorie / Praxisverbund (vgl. GO KC Sport S. 60-61).

Operatoren	AFB	Definitionen	Beispiel
Beurteilen/ Bewerten	III	Zu einem Sachverhalt ein selbstständiges Urteil unter Verwendung von Fachwissen und Fachmethoden formulieren und begründen	Beurteilen/Bewerten Sie unter Berücksichtigung des Materials die handballspezifische Einsatzmöglichkeit der Dauer- methode.
Darstellen	I-II	Zusammenhänge, Sachverhalte oder Arbeitsverfahren strukturiert und fachsprachlich einwandfrei wiedergeben	Stellen Sie drei verschiedene Methoden des Ausdauertrainings dar.
Deuten	II-III	Sachverhalte in einen (kausalen) Erklärungszusammenhang bringen	Deuten Sie die Entwicklung der Mitgliederzahlen des DOSB.
Entwickeln/ Entwerfen	II-III	Nach vorgegebenen Bedingungen zu einem Sachverhalt oder zu einer Problemstellung eine Einschätzung oder ein Lösungskonzept selbstständig planen/erstellen	Entwickeln/Entwerfen Sie ein Trainingsarrangement, das zu einer Verbesserung der Kraft führt.
Erklären/ Erläutern	II	Ein Phänomen oder einen Sachverhalt fachsprachlich verständlich (ggf. mit Bezug auf Regeln, Gesetzmäßigkeiten und Ursachen) darstellen und durch zusätzliche Informationen veranschaulichen und verständlich machen	Erklären Sie besonders geeignete Trainingsmethoden zur Verbesserung der Schnelligkeit eines Fußballspielers (Stürmers). Erläutern Sie, welche Trainingsprinzipien bei einem längerfristigen Training eines Fußballspielers zu berücksichtigen sind.
Erörtern/ Diskutieren	III	Ein Beurteilungs- oder Bewertungsproblem erkennen und darstellen, unterschiedliche Positionen bzw. Pro- und Contra-Argumente reflektieren und abwägen sowie mit einem eigenen begründeten Sach- und/oder Werturteil als Ergebnis abschließen	Erörtern Sie unter Materialbezug, ob Skifahren im Sinne des Umweltschutzes verboten werden sollte. Diskutieren Sie den Stellenwert von Aggression im modernen Fußballspiel.
Prüfen/ Überprüfen	III	Inhalte, Sachverhalte, Aussagen, Vermutungen oder Hypothesen nachvollziehen und auf der Grundlage eigener Beobachtungen oder eigenen Wissens auf ihre sachliche Richtigkeit hin untersuchen	Prüfen/Überprüfen Sie unter Berücksichtigung der im Material beschriebenen Zielsetzungen die Eignung von „Boxe Educative“ für den Einsatz im regulären Sportunterricht.
Skizzieren	I-II	Sachverhalte, Strukturen oder Ergebnisse kurz und übersichtlich grafisch darstellen (unter Einsatz von z. B. Übersichten, Schemata, Diagrammen, Abbildungen, Tabellen)	Skizzieren Sie das Regelkreismodell der Bewegungskoordination nach MEINEL/ SCHNABEL.
Vergleichen/ Gegenüberstellen	II	Nach vorgegebenen oder selbst gewählten Gesichtspunkten Gemeinsamkeiten, Ähnlichkeiten und Unterschiede ermitteln und darstellen	Vergleichen Sie die Entwicklung der Beachsportarten Beachsoccer und Beachvolleyball anhand des vorgegebenen Materials miteinander.

7. Anhang

Kapitel 5 Verbindliche Inhalte Sporttheorie in der Qualifikationsphase

5.2 Inhalte der Qualifikationsphase

5.2.1 Themenfeld „Bewegungsanalyse“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- erklären allgemeine biomechanische Grundlagen und wenden biomechanische Prinzipien sachgerecht an,
- erläutern die Bedeutung und Charakteristik einzelner Bewegungsmerkmale für die qualitative Bewegungsanalyse,
- interpretieren Bild- und Filmmaterial zu Bewegungsabläufen unter morphologischen und funktionalen Gesichtspunkten,
- entwerfen funktionale Bewegungsanalysen (Aufgaben- und Ablaufanalyse) und erörtern Probleme der Phaseneinteilung von Bewegungen,
- entwickeln und formulieren Hypothesen in der Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegungspraxis,
- wenden fachspezifische Verfahren der Bewegungsbeobachtung und Bewegungsdiagnostik (z. B. Beobachtungsbogen, Fotosequenzen, Videoanalyse) sachgerecht an und entwerfen Fehleranalysen.

Zusätzlich für das erhöhte Anforderungsniveau

Die Schülerinnen und Schüler ...

- reflektieren verschiedene methodische und didaktische Zielsetzungen sportlicher Bewegungen (Außensicht/Innensicht).

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- Kinematik und Dynamik
 - Translatorische und rotatorische Bewegungen
 - Zyklische und azyklische Bewegungsstrukturen und Phasenmodelle
- biomechanische Prinzipien
- qualitative Bewegungsmerkmale
- Analyse von Bewegungsabweichungen und Fehlern

Für das erhöhte Anforderungsniveau

- Reflexion sportlicher Bewegung aus unterschiedlichen Perspektiven (Außensicht/Innensicht)

5.2.2 Themenfeld „Bewegungslernen und Techniktraining“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- erläutern allgemeine theoretische Grundlagen, Phasen und Einflussfaktoren des Bewegungslernens,
- übertragen ihre Kenntnisse auf die eigene Bewegungspraxis, um eigene Bewegungsmöglichkeiten einzuschätzen und realistische Lernziele herzuleiten,
- entwickeln Lernarrangements und Übungssequenzen nach lerntheoretischen Gesichtspunkten,
- beurteilen Lehr-/Lernmethoden und Korrekturmaßnahmen hinsichtlich ihrer Funktionalität und setzen diese zur Unterstützung und Steuerung motorischer Lernprozesse ein,
- beschreiben die allgemeinen theoretischen Grundlagen der Informationsaufnahme und Informationsverarbeitung bei motorischen Lernprozessen,
- beschreiben die Prozesse der Bewegungssteuerung und der Bewegungshandlung jeweils am Beispiel eines Modells und überprüfen den Gültigkeitsbereich und die Anwendungsrelevanz dieses Modells,
- benennen die Analysatoren und beschreiben deren Funktionen in unterschiedlichen Sportarten/Disziplinen,
- untersuchen Informations- und Koordinationsanforderungen von Sportspielen mittels eines Modells.

Zusätzlich für das erhöhte Anforderungsniveau

Die Schülerinnen und Schüler ...

- reflektieren vertieft den Zusammenhang von motorischem Lernen und Instruktion.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- Phasen und Verläufe motorischen Lernens
- Faktoren, die den motorischen und technischen Lernprozess beeinflussen
- Aufbau einer Bewegungshandlung
- motorische Entwicklung in verschiedenen Altersstufen und hormonelle Prozesse sowie ihre Auswirkung auf die motorische Leistungs- und Lernfähigkeit
- Methoden des Bewegungslernens zur Optimierung des motorischen Lernprozesses
- Fehlerkorrektur und Korrekturgrundsätze
- Mensch als informationsverarbeitendes System, Analysatoren
- Motorik als Regelkreis
- spezifische Druckbedingungen in Sportspielen und daraus resultierende Informations- und Koordinationsanforderungen (z. B. NEUMAIER-Modell)

5.2.3 Themenfeld „Grundlagen des Taktiktrainings“

(optional für das Prüfungsfach auf grundlegendem Niveau)

Die Schülerinnen und Schüler ...

- benennen Komponenten sportlicher Taktik und stellen deren Bedeutung für die sportliche Leistungsfähigkeit dar,
- wenden spezifische Inhalte und Methoden an, um ein Taktiktraining für verschiedene Altersstufen und Leistungsniveaus zu entwickeln,
- erörtern Möglichkeiten des Taktiktrainings im langfristigen Trainingsaufbau eines Spielesportlers.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte:

- Bedeutung des Taktiktrainings
- Komponenten des Taktiktrainings
- methodische Grundsätze des Taktiktrainings

5.2.4 Themenfeld „Psychologisches Training“

(optional für das Prüfungsfach auf grundlegendem Niveau)

Die Schülerinnen und Schüler ...

- benennen psychische Faktoren in Abgrenzung zu anderen Leistungsfaktoren,
- überprüfen die Bedeutung einzelner Faktoren für das eigene sportliche Handeln,
- analysieren die Anwendung psychologischen Trainings im Spitzensport und erproben exemplarisch psychologisches Training in der eigenen Praxis.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- psychische Faktoren (z. B. Wahrnehmung, Empfindung, Gedächtnis, Emotion, Kognition und Motivation) und deren Einfluss auf Bewegung
- psychologisches Training

5.2.5 Themenfeld „Grundlagen sportlichen Trainings“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- erklären wesentliche Komponenten der sportlichen Leistungsfähigkeit,
- erklären verschiedene konditionelle und koordinative Fähigkeiten und benennen deren Wechselwirkungen,
- benennen Belastungskomponenten und beschreiben die Charakteristik allgemeiner Trainingsmethoden,
- beurteilen Training anhand der Trainingsprinzipien zur Auslösung, Festigung und Steuerung von Anpassungsprozessen,
- erklären und reflektieren physiologische Gesetzmäßigkeiten,

- erklären sachgerechte Anforderungsprofile für verschiedene Sportarten/Disziplinen und stellen diese vergleichend gegenüber,
- entwickeln daraus resultierende Konsequenzen für die Trainingsplanung.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- Begriffsbestimmung der sportmotorischen Fähigkeiten (Kondition und Koordination)
- Erscheinungsformen bzw. Arten der betrachteten konditionellen Fähigkeit
- Belastungsnormativa bzw. Belastungskomponenten
- Gesetze, Prinzipien und Ziele sportlichen Trainings
- Bedeutung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten für die sportliche Leistung
- Training der konditionellen Fähigkeiten in verschiedenen Altersstufen
- sportmotorische Anforderungsprofile verschiedener Sportarten/Disziplinen

5.2.6 Themenfeld „Anatomisch-physiologische Grundlagen“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- beschreiben den Aufbau und die Funktion der quergestreiften Skelettmuskulatur und erläutern verschiedene Kontraktionsformen anhand sportpraktischer Beispiele,
- differenzieren Muskelfasertypen nach ihren charakteristischen Leistungsmerkmalen und kennen deren Anpassungsmöglichkeiten,
- reflektieren die Bedeutung muskulärer Anpassungsprozesse für die sportliche Leistungsfähigkeit und leiten Konsequenzen für die eigene Sportpraxis her,
- beschreiben den Aufbau und die Funktion von unterschiedlichen Gelenkarten und der Wirbelsäule,
- beschreiben die anatomischen und physiologischen Grundlagen in den Bereichen Herz-Kreislauf, Atmung und Blut hinsichtlich der sportpraktischen Bedeutung,
- erklären die Anpassung dieser Systeme/Organe auf konditionelles Training,
- beschreiben aerobe und anaerobe Wege der Energiebereitstellung hinsichtlich ihrer sportpraktischen Bedeutung und erörtern deren Verhältnis in Abhängigkeit von Art und Dauer der Belastung,
- beurteilen die Bedeutung der verschiedenen Resynthesewege für unterschiedliche sportliche Tätigkeiten und leiten Konsequenzen für die eigene Sportpraxis her,
- erklären die Bedeutung der Anpassungsprozesse für die sportliche Leistungsfähigkeit im Bereich der Ausdauer und leiten Konsequenzen für die eigene Sportpraxis her.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- Aufbau und Funktion der quergestreiften Skelettmuskulatur, Mechanik der Muskelkontraktion, Kontraktionsformen
- Muskelfasertypen
- muskuläre Dysbalancen

- Aufbau der wesentlichen Gelenke und der Wirbelsäule
- anatomisch-physiologische Grundlagen des Herz-Kreislauf-Systems und der Atmung
- aerobe und anaerobe (laktazide/alaktazide) Energiebereitstellung
- Adaptation in unterschiedlichen Organsystemen

5.2.7 Themenfeld „Planung und Steuerung sportlichen Trainings“ (optional für das Prüfungsfach auf grundlegendem Niveau)

<p>Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> – beschreiben Abschnitte des langfristigen Trainingsaufbaus, begründen die Periodisierung des Trainings und erstellen einen entsprechenden Trainingsplan.
<p>Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Wechselwirkungen zwischen konditionellen und koordinativen Leistungsfaktoren – Trainingsplanung im Jahres-, Makro-, Mikrozyklus – allgemeiner Aufbau von Trainingseinheiten

5.2.8 Themenfeld „Training der konditionellen Fähigkeiten“

<p>Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> – setzen spezifische Trainingsmethoden und Trainingsinhalte situationsgerecht ein und benennen die zu erwartenden Trainingseffekte, – begründen Trainingsziele und beurteilen Trainingsmethoden und Trainingsinhalte hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Adaptationsprozesse, – beschreiben motorische Testverfahren für verschiedene Zielbereiche, – wenden verschiedene Testverfahren unter Wahrung der Testgütekriterien an, um die eigene Leistungsfähigkeit zu überprüfen, – diskutieren den praktischen Nutzen und die Aussagekraft des jeweiligen Testverfahrens.
<p>Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte</p> <p>Die aufgeführten verbindlichen Unterrichtsaspekte/-inhalte beziehen sich auf die jeweils betrachtete konditionelle Fähigkeit (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit).</p> <ul style="list-style-type: none"> – spezifische Trainingsziele, -methoden, -inhalte sowie dadurch bedingte Adaptationsprozesse – Risiken und Gefahren des Trainings der konditionellen Fähigkeiten – Arten und Nutzen motorischer Tests – Durchführung allgemeiner und spezieller Tests zur Feststellung der motorischen Leistungsfähigkeit – Testgütekriterien (Haupt- und Nebenkriterien)

5.2.9 Themenfeld „Training der koordinativen Fähigkeiten“

<p>Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> – vergleichen anhand von Strukturierungskriterien Erscheinungsformen der Koordination und benennen deren Wechselwirkungen, – setzen spezifische Trainingsmethoden und Trainingsinhalte situationsgerecht ein und benennen die zu erwartenden Trainingseffekte, – begründen Trainingsziele und beurteilen Trainingsmethoden und -inhalte hinsichtlich ihrer Eignung für die geplanten Adaptationsprozesse, – wenden ihr Wissen an, um systematisch zu trainieren.
<p>Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Modell der koordinativen Fähigkeiten (z. B. nach MEINEL/SCHNABEL) – leistungsbestimmende Faktoren der koordinativen Fähigkeiten – Wechselwirkung zwischen den koordinativen Fähigkeiten und den Analysatoren – Trainierbarkeit koordinativer Fähigkeiten; methodische Grundsätze und Maßnahmen im Koordinationstraining – altersabhängige Trainierbarkeit der koordinativen Fähigkeiten

5.2.10 Themenfeld „Sport als gesellschaftliches Phänomen“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- wenden einen differenzierten Sportbegriff an, der verschiedene methodische und didaktische Zielsetzungen beinhaltet,
- beschreiben idealtypische gesellschaftliche Funktionen des Sports in der sich verändernden Gesellschaft und reflektieren damit einhergehende Dysfunktionen,
- erörtern sportökonomische, sportpolitische und sportökologische Einflussgrößen und Zusammenhänge,
- diskutieren Konsequenzen medialer Vermarktung,
- beschreiben Aufbau und Aufgaben wichtiger Institutionen und Organisationen des Sports und bewerten diese kritisch,
- stellen organisierten und nicht-organisierten Sport vergleichend gegenüber,
- untersuchen die Folgen veränderter Lebensbedingungen und Lebensgewohnheiten auf die Sportanbieter,
- beschreiben verschiedene Berufe und Berufsfelder im Bereich Sport.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- Definition des Sportbegriffes
- Funktionen und Dysfunktionen des Sports
- Kommerzialisierung und Professionalisierung
- mediale Vermarktung

- Institutionen und Organisationen des deutschen Sports
- organisierter und nicht-organisierter Sport
- Folgen veränderter Lebensbedingungen und -gewohnheiten für Sportanbieter
- Berufsfeld Sport

5.2.11 Themenfeld „Sport und Gesundheit“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- beschreiben Auswirkungen von Sportverletzungen sowie geeignete Präventions-/Regenerationsmaßnahmen,
- entwickeln ein reflektiertes Gesundheitsverständnis,
- beschreiben und erläutern Ziele, Inhalte und Methoden für ein lebenslanges Bewegungs-/Sportkonzept,
- untersuchen den Stellenwert unterschiedlicher Sportarten/Disziplinen für ein Gesundheitstraining.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- häufige Sportverletzungen von Muskeln, Knochen, Sehnen, Bändern und Gelenken: Analyse, Regenerationsmaßnahmen, Prävention
- Ziele, Inhalte und Methoden eines lebensbegleitenden Gesundheitstrainings
- Bedeutung unterschiedlicher Sportarten für den Erhalt der Gesundheit vs. Folgen von Bewegungsmangel

5.2.12 Themenfeld „Sport, Ernährung und Doping“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- beschreiben Nährstoffe als Energieträger, Baustoffe und Katalysatoren in ihrer Bedeutung für sportliche Leistungsfähigkeit,
- benennen Parameter und Kriterien für eine bedarfsangepasste Ernährung und entwickeln einen individuellen Ernährungsplan,
- erläutern die Zusammenhänge des Flüssigkeits- und Nährstoffbedarfs und nutzen ihr Wissen in Training und Wettkampf,
- analysieren und diskutieren Probleme bzw. Risiken durch „extreme“ Formen der Ernährung,
- erklären den Begriff der Ernährungssubstitution an ausgewählten Beispielen,
- erörtern Grenzen und Risiken der Ernährungssubstitution,
- erklären die aktuelle Dopingdefinition,
- erläutern Dopingwirkstoffe und Dopingmethoden,
- diskutieren den gesellschaftlichen Stellenwert und Folgen von Doping.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- allgemeine Grundlagen der Ernährung (Inhaltsstoffe der Nahrungsmittel, Energie-, Nährstoff- und Flüssigkeitsbedarf)
- Grundsätze für eine bedarfsangepasste Ernährung des Sportlers und spezielle Ernährungsprobleme
- Problemfeld Ernährung: Extremformen von Ernährung (Diäten, Low-Carb, vegetarisch, vegan, ...) und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit
- historische Entwicklung des Dopings und aktuelle Dopingdefinitionen
- Grenzen zwischen Ernährungssubstitution und Doping
- Überblickswissen über Dopingwirkstoffe und -methoden und deren gesundheitliche Folgen
- mehrperspektivische Diskussion der Freigabe von Doping

5.2.13 Themenfeld „Motive sportlichen Handelns“

Die Schülerinnen und Schüler ...

- erläutern den Unterschied zwischen Motiv und Motivation,
- erörtern Bedingungen und Wirkungen leistungsmotivierten Handelns,
- reflektieren Motive des Sporttreibens und überprüfen deren Bedeutung für das eigene sportliche Handeln,
- analysieren wesentliche Einflussfaktoren der Leistungsmotivation eines Individuums in einer sportlichen Handlungssituation,
- analysieren Prozesse der Leistungsmotivation im Sport anhand konkreter Fallbeispiele.

Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte

- Motiv-Definitionen im Vergleich
- Modell zum leistungsorientierten Handeln

5.2.14 Themenfeld „Aggression und Gewalt im Sport“
(optional für das Prüfungsfach auf grundlegendem Niveau)

<p>Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> – definieren die Begriffe Aggression und Gewalt und grenzen sie voneinander ab, – erläutern verschiedene Aggressionsmodelle und überprüfen ihre Praxisrelevanz, – erörtern Formen und Ursachen der Gewalt im Sport und zeigen exemplarisch Lösungsmöglichkeiten auf.
<p>Verbindliche Unterrichtsaspekte/-inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Definition und Abgrenzung der Begriffe Aggression und Gewalt – Aggressionsmodelle – Formen und Ursachen der Gewalt im Sport

Kapitel 5 verbindliche Reihenfolge der Themenfelder Sporttheorie

Sporttheoretische Themenfelder	Sportpraktische Inhalte (exemplarisch)
1. Schuljahrgang der Qualifikationsphase	
1. Schulhalbjahr	
<p>Bewegungsanalyse</p> <p>Bewegungslernen und Techniktraining</p> <p>Grundlagen des Taktiktrainings</p> <p>Psychologisches Training</p>	<p>Schwimmen</p> <p>Badminton</p>
2. Schulhalbjahr	
<p>Grundlagen sportlichen Trainings</p> <p>Anatomisch-physiologische Grundlagen</p> <p>Planung und Steuerung sportlichen Trainings</p> <p>Training der konditionellen Fähigkeiten</p> <p>Training der koordinativen Fähigkeiten</p>	<p>Leichtathletik</p> <p>Handball</p>
2. Schuljahrgang der Qualifikationsphase	
3. Schulhalbjahr	
<p>Sport als gesellschaftliches Phänomen</p> <p>Sport und Gesundheit</p> <p>Sport, Ernährung und Doping</p>	<p>Tanz</p> <p>Volleyball</p>
4. Schulhalbjahr	
<p>Motive sportlichen Handelns</p> <p>Aggression und Gewalt im Sport</p>	<p>Fußball</p>

Kapitel 6 Musterausschreibung Sportkurs am Burg-Gymnasium



**BURG-GYMNASIUM
BAD BENTHEIM**
FACHGRUPPE - SPORT



Kursausschreibung Sport

Bewegungsfeld Halbjahr	A oder B	12.1
Wochenstundenzahl / Kursart	zweistündig	Ergänzungsfach
Kurslehrer*in	PRT	
Kursthema	Kämpfen – Miteinander im Gegeneinander	

Leitidee/ Zielsetzung:

1. Kennenlernen, Erproben und Vergleichen von Kampfsportarten und -künsten mit unterschiedlichen kulturellen Hintergründen
2. Erlernen sportartspezifischer Fertigkeiten und Techniken
3. Verstehen und Umsetzen des Prinzips „Miteinander im Gegeneinander“

Kompetenzerwerb:

Die Schülerinnen und Schüler

- trainieren grundlegende konditionelle und koordinative Fähigkeiten (wie bspw. Kraftausdauer, Rhythmisierungs- und Differenzierungsfähigkeit) zur Bewältigung von Kampfsituationen.
- erarbeiten, erproben und demonstrieren Grundtechniken und bewältigen Handlungsabläufe (Technikeröffnungen, Finten, einfache Kombinationen).
- setzen ihre sportmotorischen Fähigkeiten, erlernte Grundtechniken und ihre Kräfte in einfachen und komplexen Kampfsituationen kontrolliert und adäquat ein.
- steuern ihr Bewegungshandeln und die eigene sportliche und körperliche Entwicklung zielgerichtet.
- beherrschen Verfahren zur Lösung bewegungsbezogener Aufgabenstellungen: Problemanalyse (Analyse von Bewegungsabläufen und Kampfhandlungen), Analyse von Materialien und Informationen, Erarbeitung von Lösungsstrategien, Auseinandersetzung mit der Problemstellung durch Erproben und Experimentieren, Ergebnisanalyse und -sicherung.
- reagieren auf Angriffssituationen mit angemessenen Abwehrtechniken.
- analysieren Kampfsituationen anhand vorgegebener Kriterien im Hinblick auf Funktionalität und Bewegungsqualität (z. B. Körperschwerpunktlage, Prinzipien der Bodenarbeit im Judo) und nehmen gezielte Bewegungskorrekturen vor.
- handeln verantwortungsbewusst und respektieren die Unversehrtheit des Partners/der Partnerin.
- verfeinern ihre Wahrnehmung in Bezug auf die eigene Person, den eigenen Körper und die eigenen Bewegungsmöglichkeiten.
- kämpfen und verhalten sich fair in Bezug auf die Anerkennung von unterschiedlichen Leistungs- und Motivationsvoraussetzungen, wenden Verhaltensregeln an, halten Kampfrituale ein, erkennen Stärkere an und unterstützen bzw. integrieren Schwächere, gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um.

Inhalte:

- Vergleich verschiedener Kampfsportarten und -künste (**z.B.** Judo, Capoeira, Stockkampf o.ä. – Schwerpunktsetzung nach Absprache mit dem Kurs) aus unterschiedlichen Perspektiven
- Regeln, Rituale, Verantwortungsübernahme für „Partner“ und „Gegner“
- Erwerb technischer Fertigkeiten (und entsprechender Fachbegriffe): sportartspezifische Elemente wie Falltechniken, Haltegriffe, Würfe, akrobatische Bewegungen, Finten, Ausweichbewegungen und Verteidigungen
- Erarbeiten/Durchführen von Zweikampf- und Kooperationsspielen sowie Kämpfen im Stand und Boden

Inhaltlich-zeitliche Anteile:

- Im Vordergrund steht zunächst das Kennenlernen und Identifizieren ausgewählter Kampfsportarten und -künste und die Auseinandersetzung mit unterschiedlichen (Wert-)Vorstellungen.
- Nach dem Erwerb technischer Fertigkeiten in den entsprechenden Bereichen, geht es um das Erarbeiten individueller Handlungsketten und das Entwickeln/Gestalten von Kampfsituationen und Formübungen, wobei der Kooperationsgedanke stets immer im Vordergrund steht.

Bewertung

Inhaltsbezogene Kompetenzen (abhängig von der inhaltlichen Schwerpunktsetzung im Kurs):

- Demonstration technischer Fertigkeiten in vorgegebenen Situationen (z.B.: Fallübungen, Wurftechniken etc.), Demonstration selbst erarbeiteter Handlungsketten/Bewegungsfolgen.
- Situations- und regelgerechte Anwendung des Erlernten in Kampfsituationen und Formübungen (Kata, Kumite).

Prozessbezogene Kompetenzen:

- Allgemeine Mitarbeit und Engagement in Erarbeitungs- und Übungsphasen z.B. im Hinblick auf die Entwicklung und Analyse von Handlungsketten, Kampfsituationen und Bewegungsabfolgen.
- Identifikation von Techniken und Fehlerbildern; Analysieren von Kampfsituationen anhand erarbeiteter Kriterien hinsichtlich Funktionalität und Bewegungsqualität.

Besondere Bemerkungen:

- Unterrichtsmaterial: Lange, möglichst alte/robuste Sportkleidung.
- evtl. Besuch eines Regional-/ Bundesligakampftages (Unkosten: ca. 10 €).
- Bei Interesse und entsprechendem Kursschwerpunkt, besteht die Möglichkeit, eine Gürtelprüfung (Judo) abzulegen (Prüfungsgebühr: ca. XXX€).