

Schulinterner Lehrplan Sek II: Sport

Übersicht

Inhaltsverzeichnis

1. Einführungsphase.....	2
2. Q1 und Q2 – Kursprofile 1 und 2.....	3
2.1 Kursprofil 1: Übersicht über Schwerpunkte und Unterrichtsvorhaben.....	3
2.1.1 Kursprofile 1: Tabelle Q1.....	3
2.1.2 Kursprofile 1: Tabelle Q2.....	4
2.2 Kursprofil 2: Übersicht über Schwerpunkte und Unterrichtsvorhaben.....	5
2.2.1 Kursprofile 2: Tabelle Q1.....	5
2.2.2 Kursprofile 2: Tabelle Q2.....	6

1. Einführungsphase

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
<u>EF 1</u>	UV 1	Fit für die Belastung – Systematische Fitnessgymnastik Formen der Fitnessgymnastik – funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden (f) ca. 10 Stunden
	UV 2	Mach mit! Fit für den Hermannslauf – Die eigene Ausdauer gezielt auch außerhalb des Unterrichts trainieren und dokumentieren Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung und Wurf/Stoß (f) ca. 10 Stunden
	UV 3	Neue Partner und wechselnde Gegner – Sportspiel Badminton Partnerspiele: Einzel und Doppel - Badminton (a / e) ca. 10 Stunden
<u>EF 2</u>	UV 4	Kasten oder Balken: Wer wagt, gewinnt – Geräte innerhalb der ausgeloteten Leistungsgrenze aktiv nutzen Normgebundenes Turnen an gängigen Wettkampfgeräten und Gerätebahnen /-kombinationen (b / c) ca. 10 Stunden
	UV 5	Spielfähigkeit verbessern-Gruppentaktik fördern – Sportspiel Basketball Im Mannschaftsspiel Basketball gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und Defensive anwenden (e) ca. 10 Stunden
	UV 6	Organisieren, durchführen, reflektieren – Bundesjugendspiele: Lauf, Sprung, Stoß Leichtathletische Disziplinen der Bundesjugendspiele (hier: Lauf, Sprung und Stoß) unter Einschätzung der individuellen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen (d) ca. 10 Stunden

2. Q1 und Q2 – Kursprofile 1 und 2

Kursprofil	Kursprofile			
	BF/SB	BF/SB	Inhaltsfeld	Inhaltsfeld
1	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz
2	Bewegen an Geräten – Turnen	Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	d - Leistung	e - Kooperation und Konkurrenz

2.1 Kursprofil 1: Übersicht über Schwerpunkte und Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 33f):

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

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z. B. **Basketball**, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. **Badminton**, Tischtennis)

2.1.1 Kursprofile 1: Tabelle Q1

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.1</u>	UV 1	Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten (d)
	UV 2	Erfolgreich in der Abwehr im Mannschaftsspiel – Spielgemäße Entwicklung von Abwehntechniken zur Verbesserung der individual- oder gruppentaktischen Spielfähigkeiten (e)
	UV 3	Fit for life – Gezieltes Training für Kraft und Beweglichkeit die Wahrnehmung des eigenen Körpers schulen und Bewegungserfahrungen erweitern (a)

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.2</u>	UV 4	Erfolgreich im Angriff im Mannschaftsspiel – Spielgemäße Entwicklung von Angriffstechniken und deren Anwendung im Spiel (d)
	UV 5	Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Steigerung der Grundlagenausdauer (f)
	UV 6	Durch gemeinsames Trainieren erfolgreich im Partnerspiel agieren - entwickeln oder vertiefen individueller Spieltechniken (e)

2.1.2 Kursprofile 1: Tabelle Q2

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 2.1</u>	UV 7	Wie werde ich besser? – Auf dem Weg zur optimalen Leistung – Ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern (d)
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines wesentlichen taktischen Elements zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit (e)
	UV 9	Drehen, Überschlagen oder Schweben – In Wagnissituationen die eigenen Grenzen erfahren und einschätzen lernen, helfen und sich helfen lassen (c)
<u>Q 2.2</u>	UV 10	Die Prüfung kommt zum Schluss – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung (e)
	UV 11	Bewegung im Raum gestalten – HipHop, Rope Skipping, Aerobic oder Akrobatik (b)
	UV 12	Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung (d)

2.2 Kursprofil 2: Übersicht über Schwerpunkte und Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Bewegen an Geräten – Turnen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 39):

- eine differenzierte Kürübung aus mehreren Einzelementen auf technisch-koordinativ vertieftem Niveau an zwei Wettkampfgeräten demonstrieren,
- eine komplexe Gruppen- oder Einzelgestaltung an einer individuell gestalteten Gerätekombination normgebunden oder normungebunden präsentieren,
- am Boden eine Partnerkür mit akrobatischen Elementen unter Berücksichtigung von Ausführungs- und Gestaltungskriterien präsentieren,
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste turnerische oder akrobatische komplexe Wagnis- und Leistungssituationen alleine oder in der Gruppe bewältigen,
- Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 36f):

- Mannschaftsspiele (z. B. **Basketball**, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)
- Partnerspiele – Einzel und Doppel (z. B. **Badminton**, Tischtennis)

2.2.1 Kursprofile 2: Tabelle Q1

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
Q 1.1	UV 1	Die Sporthalle wird zur „Muckibude“ - Gezieltes Training der verschiedenen Körperregionen zu gezielten Leistungsverbesserung (d)
	UV 2	Erfolgreich in der Abwehr im Mannschaftsspiel – Spielgemäße Entwicklung von Abwehrtechniken zur Verbesserung der individual- oder gruppentaktischen Spielfähigkeiten (e)
	UV 3	Drehen, Überschlagen oder Schweben – In Wagnissituationen die eigenen Grenzen erfahren und einschätzen lernen, helfen und sich helfen lassen (c)

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 1.2</u>	UV 4	Fit for life – Gezieltes Training für Kraft und Beweglichkeit die Wahrnehmung des eigenen Körpers schulen und Bewegungserfahrungen erweitern (a)
	UV 5	Turnen – verschiedenen Elemente an zwei von vier unterschiedlichen Geräten erproben, vertiefen und zu mehreren kurzen Bewegungssequenzen verbinden (d)
	UV 6	Durch gemeinsames Trainieren erfolgreich im Partnerspiel agieren - entwickeln oder vertiefen individueller Spieltechniken (e)

2.2.2 Kursprofile 2: Tabelle Q2

Halbjahre	UV	Thema und Zeitbedarf
<u>Q 2.1</u>	UV 7	Turnen – verschiedene Elemente an zwei ¹ von vier unterschiedlichen Geräten erproben, vertiefen und zu mehreren kurzen Bewegungssequenzen verbinden (d)
	UV 8	Als Mannschaft zum Erfolg – Kooperative Vermittlung eines wesentlichen taktischen Elements zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit (e)
	UV 9	Ausdauer trainieren – Der Erfolg zeigt sich langfristig – Individuelle Erstellung eines Trainingsplans unter Berücksichtigung der Kenntnisse über die Wirksamkeit von Trainingsprozessen mit dem Ziel der langfristigen Steigerung der Grundlagenausdauer (f)
<u>Q 2.2</u>	UV 10	Die Prüfung kommt zum Schluss – verschiedenen Elemente an drei von vier unterschiedlichen Geräten zu einer Kür verbinden (e)
	UV 11	Bewegung im Raum gestalten – HipHop, Rope Skipping, Aerobic oder Akrobatik (b)
	UV 12	Jetzt wird es ernst – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung mit dem Ziel der Leistungsmaximierung/-stabilisierung (d)

1 mindestens ein zu UV 5 verschiedenes Geräte