

Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben im Fach Sport

Jahrgangsstufe: Q1 Kursprofil 1 Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele / Laufen, Springen, Werfen – LA IF a / e	
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema/Kontext: Hier ist der Weg das Ziel! Ausdauer erleben - Laufen in wechselnden Gelände- u. Belastungsformen mit Erarbeitung eines Orientierungslaufs</p> <p>Inhaltsfeld: d - leisten</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation</p> <p>Zeitbedarf: ca. 12 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u> Thema/Kontext: BallKoRobics – anders Volleyball spielen Erweiterung der Bewegungserfahrungen unter Berücksichtigung der Entwicklung gestalterischer Fähigkeiten und Kreativität</p> <p>Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u> Thema/Kontext: Vom Anfänger zum Könner: mit kleinen Spielen zum Zielspiel Spielideen und Regeln von Sportspielen vergleichen, variieren u. kombinieren - spieltaktische Einsichten vermehren in Spielformen 2:2 und 3:3, Turniere organisieren (A, E)</p> <p>Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u> A)Thema/Kontext: Fitness- und Beweglichkeitstraining sinnvoll gestalten Funktionelle Gymnastik durchführen und verstehen (parallel zu den anderen Unterrichtsvorhaben) (F)</p> <p>Inhaltsfeld: f - Gesundheit</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p> <p>Zeitbedarf: ca. 12 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u> Thema/Kontext: Den Ball auf den Boden spielen – mit vollem Einsatz den Ball in Angriff und Verteidigung spielen Vielfältiges Springen - Verbessern von Angriff und Verteidigung im Sportspiel (D, F)</p> <p>Inhaltsfeld: c - Wagnis und Verantwortung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben VI:</u> Thema/Kontext: Der Speer – ein unbekanntes Wurfgerät Erweitern der Bewegungserfahrungen durch Erlernen von leichtathletischen Disziplinen (Speer, Kugel, Diskus, Hürdenlauf) (A, D, F)</p> <p>Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur, -lernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Prinzipien und Konzepte sportmotorischen Lernens</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>
Summe der Stunden in der Jahrgangsstufe: ca. 88 Stunden	

Jahrgangsstufe: Q2 Kursprofil 1 Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele / Laufen, Springen, Werfen – LA IF a / f	
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema/Kontext: Von der Halle in den Sand Beachvolleyball - Alternative zum Hallensport mit großer Freizeitrelevanz (E)</p> <p>Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u> Thema/Kontext: Ziele treffen trotz körperlicher Belastung Biathlonwettbewerb zur Verbesserung der Grundlagenausdauer (D, F)</p> <p>Inhaltsfeld: f - Gesundheit</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</p> <p>Zeitbedarf: ca. 12 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u> Thema/Kontext: Sich im Sport verbessern Die Bedeutung der Korrektur im motorischen Lernprozess - Erprobung und Vergleich verschiedener Korrekturmaßnahmen parallel zu den anderen UV (A, D, F)</p> <p>Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</p> <p>Zeitbedarf: ca. 12 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u> Thema/Kontext: Olympia im Wandel der Zeit Leichtathletik am Beispiel des Hochsprungs in Antike und Neuzeit (A, E, F)</p> <p>Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u> Thema/Kontext: Wir tricksen den Gegner aus Verbesserung der Spielfähigkeit in Sportspielen durch Üben taktischer Maßnahmen (E)</p> <p>Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Zeitbedarf: ca. 12 Std.</p>	
Summe der Stunden in der Jahrgangsstufe: ca. 68 Stunden	

Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben im Fach Sport

Jahrgangsstufe: Q1 Kursprofil 2 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste – Basketball	
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema/Kontext: "Die perfekte Welle" - Gestalten einer Bewegungskomposition mit einem Handgerät (Band/ Seil)</p> <p>Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u> Thema/Kontext: Basketball I - Individualtaktik</p> <p>Inhaltsfeld: d - Leistung (e - Kooperation und Konkurrenz)</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u> Thema/Kontext: Gehopst wie gesprungen - Rope Skipping mit Partner oder in der Gruppe und Komposition einer Kür</p> <p>Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung (e - Kooperation und Konkurrenz)</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u> Thema/Kontext: Rock´n´Roll – Rhythmusgefühl entwickeln u. in Bewegung umsetzen, Erlernen der Basics u. Erarbeiten von Schrittfolgen in Kleingruppen</p> <p>Inhaltsfeld: c - Wagnis und Verantwortung (b - Bewegungsgestaltung)</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u> Thema/Kontext: Freizeitsport und Fitnesssport in der Schule – Streetbasketball/Beachvolleyball und Fitnessstudio im Hinblick auf ihre Bedeutung für die Freizeitgestaltung</p> <p>Inhaltsfeld: f – Gesundheit</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben VI:</u> Thema/Kontext: Basketball – Gruppentaktik</p> <p>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>
Summe der Stunden in der Jahrgangsstufe: ca. 90 Stunden	

Jahrgangsstufe: Q2 Kursprofil 2 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste – Basketball	
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u> Thema/Kontext: Vergleich verschiedener Tanzstile (Hip Hop, Standard/Latein, Jumpstyle,...) Inhaltsfeld: b – Bewegungsgestaltung Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien Zeitbedarf: ca. 14 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u> Thema/Kontext: Basketball – Gruppentaktik II Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten Zeitbedarf: ca. 14 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u> Thema/Kontext: Kennenlernen u. Erarbeiten des Bewegungstheaters unter Berücksichtigung von Improvisation (Pantomime, Bewegungstheater, Jonglage,..) Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Inhaltliche Schwerpunkte: Improvisation und Variation von Bewegung Zeitbedarf: ca. 14 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u> Thema/Kontext: Step Aerobic mit Partner und in der Gruppe - Komposition einer Choreographie Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung (e - Kooperation und Konkurrenz) Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien Zeitbedarf: ca. 14 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u> Thema/Kontext: Spielideen u. Regeln kleiner Spiele und im Sportspiel Basketball entwickeln u. erweitern sowie Turniere organisieren Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltliche Schwerpunkte: Fairness und Aggression im Sport Zeitbedarf: ca. 14 Std.</p>	
Summe der Stunden in der Jahrgangsstufe: ca. 70 Stunden	

Übersichtsraster Unterrichtsvorhaben im Fach Sport

Jahrgangsstufe: Q1 Kursprofil 3 Bewegen an Geräten – Turnen und Sportspiel – Badminton	
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema/Kontext: Hier ist der Weg das Ziel! – Vertiefende Förderung eines sicheren und verantwortungsbewussten Handelns in Wagnissituationen zur Erweiterung der individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten mittels Selbsteinschätzung und abschließender Entwicklung eines Runs in einer homogenen Gruppe</p> <p>Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung Inhaltliche Schwerpunkte: Motive, Motivation und Sinngebungen sportl. Handelns Zeitbedarf: ca. 13-15 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></p> <p>Thema/Kontext: Gestalte dein Spiel bewusst! – Verbessern und Erweitern der Badminton-Taktik im Einzel durch selbstständige Erarbeitung und Reflexion erster grundsätzlicher Verhaltensweisen in differenzierten Leistungsgruppen</p> <p>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Inhaltliche Schwerpunkte: Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u></p> <p>A)Thema/Kontext: Geselliges Wettstreben nach Turnvater Jahn! – Ausgewählte Kernelemente an den Geräten Sprung, Boden, Reck und Stufenbarren wiederholen und vertiefen</p> <p>Inhaltsfeld: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Inhaltliche Schwerpunkte: Zusammenhang von Struktur und Funktion von Bewegungen; biomechanische Grundlagen Zeitbedarf: ca. 12-14 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u></p> <p>A)Thema/Kontext: Miteinander und Gegeneinander! – Verbessern der technischen und taktischen Fähigkeiten im Badminton; Spielanalyse, langfristige Übungsprozesse</p> <p>Inhaltsfeld: d - Leistung Inhaltliche Schwerpunkte: Trainingsplanung und -organisation Zeitbedarf: ca. 15 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u></p> <p>Thema/Kontext: Erarbeiten einer Partnergestaltung an einem Gerätearrangement aus Boden, Kasten und Stufenbarren mit Schwerpunkt Synchronität, Bewegungsfluss, technischer Ausführung</p> <p>Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltungskriterien Zeitbedarf: ca.16-18 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben VI:</u></p> <p>Thema/Kontext: Variation ein Vorteil? – Spielideen und Regeln vom Badminton und Speedminton/ Tennis vergleichen, variieren u. kombinieren – spieltaktische Einsichten vermehren, Turniere organisieren</p> <p>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten Zeitbedarf: ca. 14-16 Std.</p>
Summe der Stunden in der Jahrgangsstufe: ca. 90 Stunden	
Freiraum: ca. 30 Stunden	

Jahrgangsstufe: Q2 Kursprofil 3 Bewegen an Geräten – Turnen und Sportspiel – Badminton	
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema/Kontext: „Two seconds of freedom“- Herausfordernde Bewegungssituationen beim Springen, Fliegen und Überschlagen bewältigen und reflektieren</p> <p>Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen</p> <p>Zeitbedarf: ca. 16 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></p> <p>Thema/Kontext: Ich will gewinnen! - Vertiefung u. Erweiterung von Grundtechniken und dem Taktikverhalten zur Anwendung im wettkampforientierten Einzel-/ Doppelspiel</p> <p>Inhaltsfeld: e - Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</p> <p>Zeitbedarf: ca. 15 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u></p> <p>A)Thema/Kontext: Vielseitigkeit unter Beweis stellen! – Vorbereitung eines turnerischen Mehrkampfes</p> <p>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportl. Bewegungen</p> <p>Zeitbedarf: ca. 14 Std.</p>	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u></p> <p>A)Thema/Kontext: Fit durch Spiele – Erkunden von Rückschlagspielen unter Fitnessaspekten</p> <p>Inhaltsfeld: f - Gesundheit</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Fitness als Basis für Gesundheit und Leistungsfähigkeit</p> <p>Zeitbedarf: ca. 15 Std.</p>
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u></p> <p>Thema/Kontext: Was auf dem Platz passiert, zählt! – Organisation und Durchführung eines Badmintonturniers für den Abiturjahrgang</p> <p>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte: Fairness und Aggression im Sport</p> <p>Zeitbedarf: ca.14 Std.</p>	
Summe der Stunden in der Jahrgangsstufe: ca. 74 Stunden	
Freiraum: ca. 10 Stunden	