

Sport LK: Übersicht über die Unterrichtsvorhaben

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 37):

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

Profilbildendes Inhaltsfeld: **Leistung (d)**

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen (vgl. KLP S. 41):

- Partnerspiele – Einzel und Doppel (**Badminton**)
- Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (z.B. BadKoRobics, Speedminton)

Profilbildende Inhaltsfelder: **Kooperation und Konkurrenz (e)**

Quartal	UV	Inhaltsfeld	Thema
Q1.1	1	a	„ Weit springen und schnell laufen “ – Unterschiedliche Methoden zur Gestaltung von Lehr- und Lernwegen unter Berücksichtigung der Lernstufen in den Disziplinen „Weitsprung“ und „Sprint“ anwenden und erörtern
	2	e	„ Wir spielen miteinander, nicht gegeneinander “ – Üben von Schlagkombinationen im Badminton zur Verbesserung der grundlegenden Schlagtechniken
	3	a	„ Höher und immer höher “ – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Hochsprung zur Verbesserung der eigenen Leistung in einem (alternativen) Hochsprungwettkampf nutzen
	4	a	„ Wohnen den Ball spielen und wie annehmen? “ – Durchführung ausgewählter taktischer Übungsformen vor dem Hintergrund des KAR-Modells zur Vertiefung der Aufschlagplatzierung und –annahme im Badminton-Einzel
	5	b	„ BadKoRobics - Badminton mal anders “ - Präsentation und Beurteilung einer BadKoRobics-Choreographie unter Berücksichtigung aller Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik, formaler Aufbau) sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf Improvisation und Variation von Bewegung.
Q1.2	6	d	„ Trainingsmethoden sind der Schlüssel I “ – Handlungsorientierte Erarbeitung von Trainingsprinzipien, -methoden und –formen zur Verbesserung der Ausdauer für das 800 m-Schwimmen vor dem Hintergrund von kurzfristigen Reaktionen und langfristigen Anpassungserscheinungen des Herz-Kreislauf-Systems und der Muskulatur
	7	e	„ Wir spezialisieren uns I “ – Übungs- und Spielformen (auch vom Miteinander zum Gegeneinander) für das Taktiktraining im Hinblick auf die situationsgerechte Anwendung individualtaktisch-kognitiver Entscheidungen im Badminton-Einzel
	8	f	„ Gesund durch Sport – krank durch Sport? “ – Unter besonderer Berücksichtigung von Sport und Ernährung sowie unterschiedlicher Sport- und Gesundheitskonzepte

			(Risikofaktorenmodell, WHO/Salutogenese-Modell) ein eigenes begründetes Konzept von körperlicher Fitness und Gesundheit entwerfen
	9	d	„ Der ganz GROSSE Wurf “ – Biomechanische Prinzipien beim Optimieren und Üben im Speerwurf zur Verbesserung der eigenen Leistung
	10	d	„ Trainingsmethoden sind der Schlüssel II “ – Handlungsorientierte Erarbeitung von Trainingsprinzipien, -methoden und -formen zur Verbesserung der Ausdauer für einen 5000m-Lauf (Teilnahme am Werner Stadtlaf) und selbstständige Durchführung des Conconi-Tests zum Verstehen von Verfahren zur Leistungsdiagnostik im Ausdauerbereich
	11	a	„ Der ganz GROSSE Stoß “ - Erfahren und Anwenden unterschiedlicher methodischer Konzepte zur Vertiefung und Festigung der individuellen Kugelstoßtechnik
Q2.1	12	e	„ Aggression und Fairness im Sport “ – Unterschiedliche Spielsituationen darstellen, um aggressives Verhalten im Sport zu erkennen, zu reflektieren, Entstehungszusammenhänge zu verdeutlichen und erklären zu können
	13	f	„ Laufen ist doch gar nicht so langweilig! “ – Ausgewählte alternative Formen ausdauernden Laufens (Jogging, Fahrtspiel, Orientierungslauf) unter verschiedenen Zielsetzungen
	14	d	„ Der ganz GROSSE Wurf II “ - Erfahren und Anwenden unterschiedlicher methodischer Konzepte (unter Berücksichtigung des KAR-Modells) zur Vertiefung und Festigung der individuellen Diskuswurftechnik
	15	e	„ Nix Alleinikow – nur als Team sind wir stark “ – Koedukative Übungsformen im Sportspiel Fußball unter besonderer Berücksichtigung unterschiedlicher Spielvermittlungsmodelle (integrative Sportspielvermittlung, Taktik-Spiel-Modell)
	16	d	„ Wir spezialisieren uns II “ – Übungs- und Spielformen mit dem Schwerpunkt der Aufschlagplatzierung und –annahme sowie des Positionswechsels (Angriffs- und Abwehr-Position) im Badminton-Doppel und -Mixed
Q2.2	17	d	„ Wir trainieren mal ganz anders! “ – Variation von Spiel- und Übungsformen unter Akzentuierung unterschiedlicher Informationsanforderungen und Druckbedingungen im Badminton-Einzel und -Doppel
	18	d	„ Wo stehe ich eigentlich? “ - Einen leichtathletischen Dreikampf (incl. einer Ausdauerleistung) selbstständig organisieren und durchführen, um den eigenen Leistungsstand einzuschätzen.
	19	d	„ Die Abiturprüfung rückt immer näher... “ – Vorbereitung auf die schulinterne Ausscheidung für die Stadtmeisterschaften im Badminton zur Erweiterung und Festigung der Spielfähigkeit im Badminton-Einzel, -Doppel und -Mixed
	20		Parallel dazu: Wiederholung und Vertiefung theoretischer Inhalte zur Vorbereitung auf die theoretische Prüfung